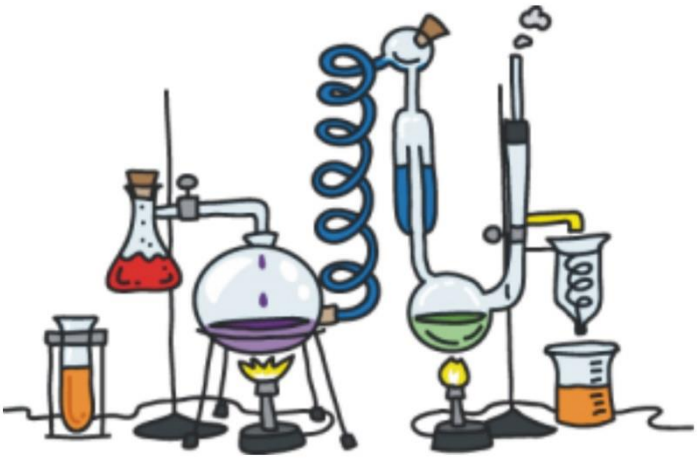
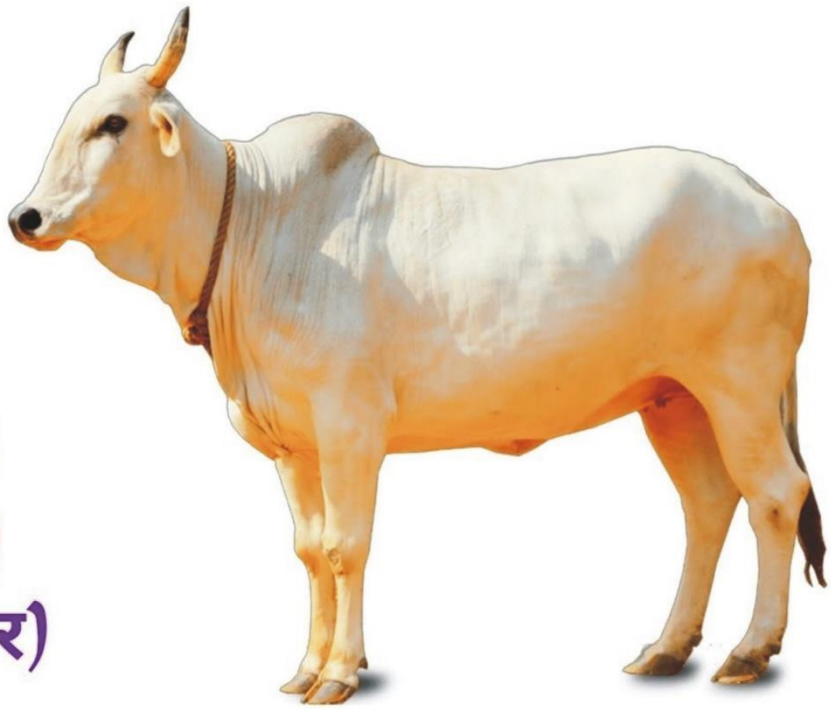
राजीव दीक्षित जी



गौमाता पंचगव्य चिकित्सा

(गोबर, गौमूत्र आधारित दवाईयाँ बनाने की विधि एवं रोग निदान)



1) गोदुग्ध (दूध)
2) गोघृत (घी)
3) गोमूत्र (मूत्र)
4) गोदघी (दही)
5) गोमेह (गोबर)

गौमाता
पंचगव्य चिकित्सा

(गौबर, गौमूत्र आधारित दवाईयाँ बनाने की विधि एवं रोग निदान)

संकलन एवं मार्गदर्शनः -

श्री राजीव दीक्षित

सहयोग राशिः 50 रूपये

संग्रहकर्ता : -

रोबिन सिराना

गौरक्षा पर राजीव भाई द्वारा हस्तलिखित दो शब्द

18,19,20 दिसम्बर, 2000 को राजस्थान प्रदेश के सांचोर जिले के पथमेड़ा गाँव में एक गौरक्षा सम्मेलन हुआ, जिसमें लगभग 50 हजार स्त्री, पुरुष और बच्चें शामिल हुए। ये सभी लोग गौरक्षा विषय पर अपनी चिन्ताओं को लेकर आये थे, और उनके समाधान के लिए कुछ रास्ता निकालना चाहते थे। सम्मेलन में आने वाले लोगो की मान्यता में गाय का क्या स्थान हैं, उसको समझने के लिए एक घटना महत्व की हैं, हुआ यह कि इसी सम्मेलन में एक महिला जो कि राजस्थानी घूंघट प्रथा कर पालन करती हुई मंच पर खड़े होकर बोली कि "कुछ दिन पूर्व मेरी गाय बीमार हुई और मरने की स्थिति में पहुँच गयी। जब किसी भी दवा से ठीक नही हुई तो मैने मान लिया कि अब उस गाय की मृत्यु निश्चिति हैं। फिर मैंने उस गाय को भगवतगीता का पाठ सुनाना शुरु किया। जब पाठ पूरा हुआ, उसके बाद रामचरित मानस का सुन्दरकांड सुनाया। सुन्दरकांड सुनने के बाद ही उस गाय की मृत्यु हुई" । उस महिला ने अपने ससुर की मृत्यु के समय भी यही भगवतगीता और रामचरितमानस के पाठ पढ़ने की क्रिया दोहराई थी। यानि उस महिला के लिए अपने ससुर की मृत्यु और अपनी गाय की मृत्यु में कोई अन्तर नहीं था। इसी तरह की अन्य सैकड़ो घटनाएं साधारण भारतीय लोगों के जीवन में घटित होती रहती हैं। जिससे यह पता चलता हैं कि सामान्य लोगो के मन में गाय का स्थान क्या हैं? यही स्थिति अन्य पशुओं के बारे में भी हैं, कुछ थोड़ा बहुत अन्तर के साथ।

साधारण भारतीय लोगो के मन में यह मान्यता कहाँ से आयी हैं? प्रकृति में मिलने वाले पशुओं के प्रति इतनी सम्मान की भावना कैसे बनी हैं? इसका उत्तर खोजें तो मिलेगा, भारतीय संस्कृति की उस मान्यता मे जिसमें पुर्नजन्म की बात कही गयी हैं। यह भारतीय मान्यता ही हैं, जो पुर्नजन्म में विश्वास रखती हैं। कहा जाता हैं कि 84 लाख योनियां होती हैं। मनुष्य जब मरता हैं तो इन्हीं में से किसी योनि में जन्म पाता हैं, अपने कर्मफल के सिद्धान्त के अनुसार । इन्ही 84 लाख योनियों में गाय, बैल, बकरी, कुत्ता, भैंस आदि-आदि तमाम जीव हैं। माना यह जाता हैं कि ये सभी जीव बराबर हैं। कोई ऊँचा या नीचा नहीं हैं। सभी जीवों में आत्मा होती हैं और आत्मा सभी की समान होती हैं। भारतीय मान्यता में सभी जीवों को जीने का अधिकार हैं। मनुष्य को जीवों के समकक्ष ही माना गया हैं । यदि कोई मनुष्य मरता हैं तो हो सकता हैं कि कर्मफल के सिद्धान्त के अनुसार उसे गाय की योनि में जन्म मिले या किसी अन्य योनि में। अर्थात् आज जो आत्मा मनुष्य में हैं। वही आत्मा गाय में प्रवेश कर जायेगी। चूंकि आत्मा की बराबरी हैं। अतः गाय और मनुष्य दोनों ही सहोदर हैं, बराबर हैं। ऊंचे या नीचे नहीं हैं। जीव-जन्तु और मनुष्यों से मिलकर ही पूरी प्रकति बनी हैं। इसलिए दोनों एक दूसरे पर निर्भर हैं और एक दूसरे के सहयोगी हैं। इसलिए प्रकृति के संसाधनों पर भी दोनों का ही अधिकार हैं। इन्हीं मान्यताओं के कारण जीव-जन्तुओं के प्रति दया प्रेम करुणा की भावना साधारण भारतीय लोगों के मन में हैं। यदि पशु भूख से मरते हों तो उनकी चिन्ता समाज के लोगों को होती हैं और उसके लिए व्यवस्था करना, उन्हें अपना धर्म लगता हैं और उसके लिए भारतीय समाज में व्यवस्थाएं करना, उन्हें अपना धर्म लगता हैं और उसके लिए भारतीय समाज में व्यवस्थाएं की जाती हैं। जैसे हमारी भारतीय कृषि पद्धति में जो भी अनाज पैदा किये जाते हैं, उनमें मनुष्य, पशुओं तथा अन्य जीव जन्तुओं की खाने की जरुरतों को पूरा करने का ध्यान रखकर ही फसलें बोई जाती हैं। लगभग सभी भारतीय फसलों से अनाज जितना निकलता हैं, तकरीबन उतना ही चारा भी निकलता हैं।

इसी तरह की फसलें बोने की परम्परा हमारे देश में रही हैं, जिनसे मनुष्यों के साथ पशुओं की जीवन-यापन भी होता रहे। इसलिए भारतीय समाज में पशु-पालन की एक लम्बी परम्परा हैं, जो कृषि कर्म के साथ –साथ हजारों वर्षों से चली आयी हैं। आज के भारतीय समाज में कई तरह की गिरावट आने के बावजूद यह परम्परा कायम हैं। हालांकि यह गिरावट पिछले कई सौ वर्षों से लगातार आती जा रही हैं। अंग्रेजों के भारत में आने के बाद से यह गिरावट बहुत अधिक आयी हैं और बहुत तेजी से आयी हैं। अंग्रेजों के भारत आने के पहले तक भारतीय समाज में अच्छी खेती और पशुपालन की व्यवस्था थी। सिर्फ खेती और पशुपालन ही नहीं बल्कि अन्य व्यवस्थाएं जैसे –उद्योग, शिक्षा, स्वास्थ्य, न्यायतंत्र, प्रशासन तंत्र आदि भी ठीक-ठाक चलते ही थे। अंग्रेजों

ने आकर इन सभी व्यवस्थाओं को जड़-मूल से उखाड़ने की कोशिश की और उसमें वे काफी हद तक सफल भी रहें। - राजीव दीक्षित जी

गाय के विषय में थोड़ी सी जानकारी

- जिस जगह पर गाय माता खुशी से बोलती हैं वह जगह पर देवी देवताएं फूलों की बारिश करते हैं।
- गाय माता के गले में टोकरी अवश्य बांधनी चाहिए, गले में बांधी टोकी बजने से गाय माता की आरती होती हैं.
- गाय माता के गोबर में लक्ष्मीजी का वास होता हैं।
- गाय माता के दूध, घी, मक्खन, दहीं, गोबर, गौमूत्र से बने पंचगव्य हजारों रोगों की दवाई हैं, इसके सेवन करने से असाधारण बीमारी भी अच्छी हो सकती हैं।
- जिस मनुष्य की भाग्यरेखा नींद में हो ऐसा मनुष्य अपनी हथेली में गुड़ रखकर गाय माता की जीहवा से उसे खिलाएगा , गाय माता की जीहवा से हथेली में रखा गुड़ गाय चाटेगी इससे मनुष्य की भाग्य रेखा खुल सकती हैं।
- गाय माता प्रेमभरी नजर से जिसे देखेगी उस पर गाय माता की कृपादृष्टि हो जाती हैं।
- गाय माता एक चलता फिरता मंदिर हैं, अपने सनातन धर्म में तैंतीस करोड़ देवी-देवताएं हैं, हम रोज तैंतीस करोड़ देवी देवताओं के मन्दिर नहीं जा सकते किन्तु गाय माता के दर्शन से सभी देवों के दर्शन हो जाते हैं।
- कोई भी शुभ कार्य रुक गया हो बार बार कार्य करने के बावजूद भी सफलता नहीं मिल रही हो, तो गाय माता के कान में कहने से रुके हुए कार्य पूर्ण हो सकते हैं।
- जब गाय माता बछड़े को जन्म देती हैं तभी प्रथम दूध बाझ स्त्री को यह दूध पिलाने से उसका बाझ खत्म हो जाता हैं।
- गाय माता की पीठ पर एक कुन्ध होता हैं यह कुन्ध पर सूर्यकेतु नामक नाड़ी होती हैं, रोज सुबह आधा घण्टा गाय मात की कुन्ध पर हाथ फैरने से रोगों का नाश होता हैं।
- गाय माता की पूंछ में हनुमानजी का वास होता हैं, किसी भी व्यक्ति को बुरी नजर लगे तभी वह गाय माता की पूछ से पीछी डालने से नजर उतर जाती हैं।
- काले रंग की गाय की पूजा करने से नव ग्रह शांत होते हैं, जो ध्यानपूर्वक धर्म के साथ गाय की पूजा करते हैं उसके सभी शत्रुदोष से मुक्ति मिल जाती हैं।
- गाया माता के गर्भ में से महान विद्वान धर्म रक्षक गौ कणजी महाराज पैदा हुए थे।
- स्वस्थ गौ माता का गौमूत्र रोज दो तोले साफ कपड़े में घालकर पीने से सभी रोग ठीक हो जाते हैं।
- गाय माता की खरी में नागदेवता का वास होता हैं, जिस जगह पर गाय घूमती हैं उस जगह पर सांप, बिच्छू कभी नहीं आते।
- गाय माता के चारों पैरों के बीच से निकलकर परिक्रमा करने से मनुष्य भयमुक्त हो जाता हैं।
- गाय माता की सेवा के लिए इस पृथ्वी पर देवी-देवताओं ने अवतार धारण किया था।
- जो मनुष्य गाय माता की सेवा – पूजा करता हैं उसके ऊपर आने वाला सभी दुख गाय माता खत्म कर देती है।
- गाय माता की एक आंख में सूर्य और दूसरी आंख में चन्द्र देव का वास होता हैं।
- गाय माता के दूध में सोनेरी तत्व मिलते हैं जो रोगों की क्षमता का नाश कर देते हैं।
- गाय माता को चारा खिलाने से तैंतीस कोटि प्रकार के देवी देवताओं को भोग चढ़ता हैं।
- गाय माता जिन जिन जगह पर खड़ी रहकर सांस लेती हैं, वहाँ वास्तुदोष खत्म हो जाता हैं।

गाय और गोमूत्र की परिभाषा

गोमूत्र के बारे में सामान्य जानकारी

प्रश्न 1 – गौमूत्र किस गाय का लेना चाहिए?

उत्तर – जो वन में विचरण करके, व्यायाम करके इच्छानुसार घास का सेवन करे, स्वच्छ पानी पिये, स्वस्थ हो, उस गौ का गौमूत्र औषधिगुणवाला होता हैं।

शास्त्रीय निर्देश हैं कि – "**अग्रमग्रं चरन्तीनामोषधीनां वने वने**" ।

प्रश्न 2 – गौमूत्र किस आयु की गौ का लेना चाहिए?

उत्तर – किसी भी आयु की बच्ची, जवान, बूढ़ी गौ का गौमूत्र औषधि प्रयोग में काम में लाना चाहिए।

प्रश्न 3 – क्या बैल, छोटा बच्चा या बुद्ध बैल का भी गौमूत्र औषधि उपयोग में आता हैं?

उत्तर – नर जाति का मूत्र अधिक तीक्ष्ण होता हैं, पर औषधि उपयोगिता में कम नहीं हैं, क्योकि प्रजाति तो एक ही हैं। बैलों का मूत्र सूँघने से ही बंध्या (बाँझ) को सन्तान प्राप्त होती हैं। कहा हैं –

"**ऋषभांष्चापि, जानामि राजन् पूजितलक्षणान्।**

येषां मूत्रामुपाघ्राय, अपि बन्धया प्रसूयते।।"

(सन्दर्भ – महाभरत विराटपर्व)

अर्थ – उत्तम लक्षण वाले उन बैलों की भी मुझे पहचान हैं, जिनके मूत्र को सूँघ लेने मात्र से बंध्या स्त्री गर्भ धारण करने योग्य हो जाती हैं।

प्रश्न 4 – गौमूत्र को किस पात्र में रखना चाहिए?

उत्तर – गौमूत्र को ताँबे या पीतल के पात्रा में न रखें। मिट्टी, काँच, चीनी मिट्टी का पात्र हो एवं स्टील का पात्र भी उपयोगी हैं।

प्रश्न 5 – कब तक संग्रह किया जा सकता हैं?

उत्तर – गौमूत्र आजीवन चिर गुणकारी होता हैं। धूल न गिरे, ठीक तरह से ढँका हुआ हो, गुणों में कभी खराब नहीं होती हैं। रंग कुछ लाल, काला ताँबा व लोहा के कारण हो जाता हैं। गौमूत्र में गंगा ने वास किया हैं। गंगाजल भी कभी खराब नहीं होता हैं। पवित्र ही रहता हैं। किसी प्रकार के हानिकारण कीटाणु नहीं होते हैं।

प्रश्न 6 – जर्सी गाय के वंश का गौमूत्र लिया जाना चाहिए या नहीं ?

उत्तर – नहीं लेना चाहिए।

आधुनिक रसायन शास्त्र के अनुसार गौमूत्र के रासायनिक तत्वों का रोगों पर प्रभाव विवरण

1. **नाइट्रोजन -** मूत्रक, वृक्क का प्राकृतिक उत्तेजक, रक्त विषमयता को निकालना हैं।
2. **गंधक(सल्फर)** - बड़ी आँत की पुनःसरण क्रिया को बल मिलता हैं, रक्त शोधक हैं।
3. **अमोनिया** - यह शरीर धातुओं और रक्त संगठन को स्थिर करता हैं।
4. **अमोनिया गैस** - फेफड़ों व श्वसन अंगों को संक्रमण से बचाता हैं।
5. **तांबा(कॉपर) -** अनुचित मेद(चर्बी) को बनने से रोकता हैं। शरीर की जीवाणुओं से रक्षा करता हैं।
6. **आयरन -** रक्त में उचित लाल कणों का निर्माण बनाये रखता हैं। कार्य शक्ति स्थिर रखना हैं।
7. **यूरिया -** मूत्र उत्सर्ग पर प्रभाव करता हैं, कीटाणु नाशक हैं यूरिक एसिड़ हृदय शोध नाशक, मूत्रल होने से विषशोधक हैं।
8. **फॉस्फेट-** मूत्रवाही संस्थान से सिकता कण (पथरी कण) निकालने में सहायक हैं।
9. **सोडियम -** रक्त शोधक, अम्लता नाशक हैं।
10. **पोटेशियम -** आमवात नाशक क्षुधा कारक हैं। मांसपेशी, दौर्बल्य, आलस्य मिटाता हैं।
11. **मैंगनीज-** कीटाणुनाशक, कीटाणु बनने से रोकता हैं, गैंगरीन सडांध से बचाता हैं।
12. **कार्बोलिक एसिड़ -** कीटाणु नाशक, कीटाणु बनने से रोकना,
13. गैंगरीन से बचाता हैं।
14. **कैल्शियम -** रक्त शोधक, अस्थि पोषक, जन्तुघ्न, रक्त, स्कन्दक हैं।
15. **लवण(नमक)-** दूषित व्रण, नाड़ी व्रण, मधुमेह जन्य संयास, विषमयता, अम्लरक्तता नाशक, जन्तुघ्न।
16. **विटामिन A,B-** विटामिन-B जीवनीय तत्व, उत्साहस्फूर्ति C, D, E बनाये रखना, घबराहट, प्यास से बचाता हैं। अस्थि पोषक प्रजनन शक्ति दाता हैं।
17. **अन्य मिनरल्स-** रोग प्रतिरोधक शक्ति को बढ़ाता हैं।दुग्ध शर्करा तृप्ति रहती हैं। मुख शोष, ह्रदय को ताक देता हैं, स्वस्थ करता हैं। प्यास, घबराहट को मिटाता हैं।
18. **एन्जाइम्स -**पाचक रस बनाते हैं। रोग प्रतिरोधक शक्ति (आरोग्यकारक तत्व) बढ़ाते हैं।
19. **जल -** जीवनदाता हैं, रक्त को तरल बनाए रखता हैं। तापक्रम को स्थिर रखता हैं।
20. **हिप्यूरिक एसिड़ -** मूत्र के द्वारा विष को बाहर निकालता हैं। क्रियाटिनिन जन्तुघ्न हैं।
21. **हार्मोन्स -** आठ मास की गर्भवती गाय के गौमूत्र में हारमोन्स ही होते हैं। जो स्वास्थयवर्धक हैं।
22. **स्वर्ण क्षार जन्तुघ्न-** रोग निरोधक शक्ति बढ़ाता हैं।

रोग क्यों होते हैं?

1. विभिन्न जीवाणुओं के किसी प्रकार से शरीर में विभिन्न अंगों पर आक्रमण करने के करण
2. शरीर की रोग प्रतिरोधक शक्ति की कमी के कारण
3. दोषो (त्रिदोष) के विषम हो जाने के कारण
4. आरोग्यदायक तत्वों (जींस) की किसी प्रकार की कमी के कारण।
5. कुछ खनिज तत्वों की कमी के कारण।
6. मानसिक विषाद के कारण
7. किसी भी औषधि के अति प्रयोग के कारण
8. विद्युत तरंगों की कमी के कारण
9. वृद्धापकाल में उपरोक्त किन्ही के कारण
10. आहार में पौष्टिक तत्वों की कमी के कारण
11. आत्मा की आवाज के विरुद्ध काम करने के कारण
12. पूर्वजन्मों के पापों के कारण।
13. भूतों के शरीर में प्रवेश से भूताभिष्यंग रोग हो जाते हैं।
14. माता पिति के वंश परम्परा से भी रोग होते हैं।
15. विषों के द्वारा रोग होते हैं।

गौमूत्र रोगों पर कैसे विजयी होता हैं?

1. गौमूत्र में किसी भी प्रकार के कीटाणु नष्ट करने की चमत्कारी शक्ति हैं। सभी कीटाणुजन्य व्याधियाँ नष्ट होती हैं।
2. गौमूत्र दोषों (त्रिदोष) को समान बनाता हैं। अतएव रोग नष्ट हो जाते हैं।
3. गौमूत्र शरीर में यकृत (लीवर) को सही कर स्वच्छ खून बनाकर किसी भी रोग का विरोध करने की शक्ति प्रदान करता हैं।
4. गौमूत्र में सभी तत्व ऐसे हैं, जो हमारे शरीर के आरोग्यदायक तत्वों की कमी की पूर्ति करते हैं।
5. गौमूत्र में कई खनिज, खासकर ताम्र होता हैं, जिसकी पूर्ति से शरीर के खनिज तत्व पूर्ण हो जाते हैं। स्वर्ण क्षार भी होने से रोगों से बचने की यह शक्ति देता हैं।
6. मानसिक क्षोभ से स्नायु तंत्र (नर्वस सिस्टम) को आघात होता हैं। गौमूत्र को मेध्य और ह्रद्य कहा गया हैं। यानी मस्तिष्क एवं ह्रदय से शक्ति प्रदान करता हैं। अतएव मानसिक कारणों से होने वाले आघात से ह्रदय की रक्षा करता हैं और इन अंगों को होने वाले रोगों से बचाता हैं।
7. किसी भी प्रकार की औषधियों की मात्रा का अतिप्रयोग हो जाने से जो तत्व शरीर में रहकर किसी प्रकार से उपद्रव पैदा करते हैं उनको गौमूत्र अपनी विषनाशक शक्ति से नष्ट कर रोगी को निरोग करता हैं।
8. विद्युत तरंगे हमारे शरीर को स्वस्थ रखती हैं। ये वातावरण में विद्यमान हैं। सूक्ष्मातिसूक्ष्म रूप से तरंगे हमारे शरीर में गौमूत्र से प्राप्त ताम्र के रहने से ताम्र के अपने विद्युतीय आकर्षण गुण के कारण शरीर से आकर्षित होकर स्वास्थ्य प्रदान करती हैं।
9. गौमूत्र रसायन हैं। यह बुढ़ापा रोकता हैं। व्याधियों को नष्ट करता हैं।
10. आहार में जो पोषक तत्व कम प्राप्त होते हैं उनकी पूर्ति गौमूत्र में विद्यमान तत्वों से होकर स्वास्थ्य लाभ होता हैं।
11. आत्मा के विरुद्ध कर्म करने से ह्रदय और मस्तिष्क संकुचित होता हैं, जिससे शरीर में क्रिया कलापों पर प्रभव पड़कर रोग हो जाते हैं। गौमूत्र सात्विक बुद्धि प्रदान कर, सही कार्य कराकर इस तरह के रोगों से बचाता हैं।

12. शास्त्रों में पूर्ण कर्मज व्याधियाँ भी कही गयी हैं जो हमें भुगतनी पड़ती हैं। गौमूत्र में गंगा ने निवास किया हैं। गंगा पाप नाशिनी हैं, अतएव गौमूत्र पान से पूर्व जन्म के पाप क्षय होकर, इस प्रकार के रोग नष्ट हो जाते हैं।
13. शास्त्रों के अनुसार भूतों के शरीर प्रवेश के कारण होने वाले रोगों पर गौमूत्र इसलिए प्रभाव करता हैं कि भूतों के अधिपति भगवान शंकर हैं। शंकर के शीश पर गंगा हैं। गौमूत्र में गंगा हैं, अतएवगौमूत्र पान से भूतगण अपने अधिपति के मस्तक पर गंगा के दर्शन कर, शान्त हो जाते हैं। और इस शरीर को नहीं सताते हैं। इस तरह भूताभिष्यंगता रोग नहीं होता हैं।
14. जो रोगी वंश परम्परा से रोगी हो, रोग के पहले ही गौमूत्र कुछ समय पान करने से रोगी के शरीर में इतनी विरोधी शक्ति हो जाती हैं कि रोग नष्ट हो जाते हैं।
15. विषों के द्वारा रोग होने के कारणों पर गौमूत्र विषनाशक होने के चमत्कार के कारण ही रोग नाश करता हैं। बड़ी-बड़ी विषैली औषधियाँ गौमूत्र से शुद्ध होती हैं। गौमूत्र, मानव शरीर की रोग प्रतिरोधनी शक्ति को बढ़ाकर, रोगों को नाश करने की क्षमता देता हैं। Immunity Power देता हैं। निर्विष होते हुए यह विषनाशक हैं। Anti-Toxic हैं।

पंचगव्य

गौ दूध, गौ दही, गौ घी(घृत) गौमूत्र और गोमय, से बनने वाले कुछ स्वास्थ्यरक्षक योग एवं बनाने की विधियां -

गौमूत्र अर्क

गौमूत्र घनवटी

गौमूत्र हरड़े चूर्ण

गौमूत्र हरितकी वटी

गौमूत्रासव

बालपाल रस

नारी संजीवनी

गौमूत्र पुनर्नवादि अर्क

गौमूत्र पुनर्नवादि वटी

गौमूत्र गुडमारादि अर्क

गौमूत्र मधुमेहारी वटी

गौतक्रासव

गौतक्रारिष्ट

पंचगव्य घृत

त्रिफलादि घृत

अष्टमंगल घृत

ब्राह्मी घृत

अर्जुन घृत

जात्यादि घृत

गौमय वातनाशक तेल

गोपाल नस्य

गौमय मलहम

गौमय दादनाशक बट्टी

अंगराग चूर्ण

(गौमयउबटन)

अंगराग बट्टी (गौमय साबुन)

गौमयदंतमंजन

गौमय नवग्रह धूप

❖गौमूत्र अर्क

(मेदोहर अर्क – रसतंत्रसार व सिद्ध प्रयोग)

घटक –

1. गौमूत्र 1 लीटर
2. केसर 0.6 ग्राम

निर्माण विधि – काँच के आसवन यंत्र में गौमूत्र को भरकर उसका ½ लीटर अर्क खींच लें। अर्क निकलने के मुहँ पर केसर को पतले कपड़े की शिथिल पोटली में बाँधकर रखें जिससे अर्क में केसर मिश्रित हो जाये। केसर का प्रयोग लाभदायक हैं लेकिन अनिवार्य नहीं।
गुणधर्म – यह अर्क सभी बीमारियों में उपयुक्त हैं। विशेषतः कोलेस्ट्रॉल को कम करने और वजन को घटाने के उपयोग में आता हैं। गौमूत्र घनवटी के साथ लेने से अधिक लाभ होता हैं।
मात्रा – 10 से 20 मि.ली. दिन में दो बार 3 -4 गुणे पानी के साथ या गौमूत्र से 1/3 मात्रा में।
विशेष – यदि कोई शराबी शराब छोड़ने का इच्छुक हो तो केवल 15 दिन संयम रखकर इस अर्क का सेवन करें 16 वें दिन शराब की जगह अर्क का सेवन करने की ही इच्छा होगी। मात्रा 25 से 40 मिली(बिना पानी मिलाये) जब भी शराब की तलब हो। कम से कम 6 महीने तक इसका सेवन करें जिससे शराब के दुष्प्रभावों का नाश होकर शरीर स्वस्थ होगा।

❖ गौमूत्र घनवटी

(भाव प्रकाश निघुण्ट – मूत्रवर्गः)

घटकः गौमूत्र
निर्माण विधिः – गौमूत्र को अग्नि को औटाकर उसका घन बनाया जाता हैं। घन से आधे-आधे ग्राम की या देशी चने के आकार की गोलियाँ बनाई जाती हैं। नमी से बचाने के लिए गोबर की राख तथा शुद्ध गैरीक(गेरू) को अनुमान से मिलाकर उसमें गोलियों को लिपटाकर प्लास्टिक की डिब्बी में रख देना चाहिए।
गुणधर्मः यह घनवटी पूर्वोक्त सभी बीमारियों में उपयुक्त हैं। इसे गौमूत्र अर्क के साथ लेने से अधिक लाभ होता हैं।
मात्रा – 1 से 2 गोली दिन में दो बार। छोटे बच्चे को न दें।

❖ गौमूत्र हरड़े चूर्ण

घटक

1. छोटी हरड़े 35 ग्राम
2. अजवायन 20 ग्राम
3. काली मिर्च 5 ग्राम
4. यवक्षार(जवाखार) 10 ग्राम
5. काला नमक 10 ग्राम
6. सेंधा नमक 10 ग्राम
7. जीरा 10 ग्राम
8. हींग 10 ग्राम

9. गाय का घी

निर्माण विधि – सर्वप्रथम तीन दिन तक हरड़े को गौमूत्र में भिगाइये। हर दिन ताजा गौमूत्र लें। हरड़े को धूप में सुखाने के बाद उसे धीमी आँच पर एरण्डी के तेल में भूनिए। जब सिक जाये, गौमूत्र की चिपचिपाहट मिट जाए तब उतार लें।

10 ग्राम गाय के घी में 10 ग्राम हींग आँच में भून लें। अब भूनी हुई हरड़े और हींग में उपरोक्त सामग्री डालकर कूट पीसकर छलनी से छान लें। अब इस छने हुए चूर्ण को अच्छी तरह खरल में घोटें। बारीक से बारीक रगड़ने से ही गुणकारी होगा।

गुणधर्म – पाचन शक्ति को सुदृढ़ बनाता हैं, भोजन में रुचि जगाता हैं, कब्ज, गैस, उदर रोगों में अत्यंत लाभदायक, वात और कफ का नाश करता हैं। पेट में गड़बड़ी होने पर सिर में दर्द हो तो लाभ होता हैं। आजकल रासायनिक खाद व कीटनाशकों के कारण भोजन विषैला हो गया हैं। इस चूर्ण को भोजन के साथ सब्जी, दालों में डालकर खाने या नित्य सलाद में लेने से इसका विषैलापन काफी घट जाता हैं। इसलिए बिना रोग के भी नित्य सेवन करना अत्यंत लाभदायक हैं।

मात्रा - 1 से 3 ग्राम सुबह-शाम भोजन के बाद गर्म जल सें।

❖ गौमूत्र हरीतकी वटी

घटकः

1. गौमूत्र 1 लीटर
2. हरितकी चूर्ण 50 ग्राम

निर्माण विधि – कलईदार कढ़ाई में 1 लीटर गौमूत्र में 50 ग्राम हरितकी चूर्ण मिलाकर औटाइये। जब गाढ़ा हो जाए तब उसे चूल्हे से उतारकर अपने आप ठंड़ा होने देना चाहिए। फिर करछुल की मदद से खुरच कर ½ - ½ ग्राम की गोलियाँ बनानी चाहिए। नमी से बचाने के लिए गोबर की राख तथा शुद्ध गैरीक को अनुमान से मिलाकर उसमें गोलियों को लिपटाकर प्लास्टिक की डिब्बी में रखें।

गुणधर्म – समस्त उदर रोगों में लाभकारी

मात्रा – 2-2 गोली सुबह-शाम पानी से

❖ गौमूत्रासव

घटकः

1. चित्रक की जड़ 100 ग्राम
2. सोंठ 100 ग्राम
3. पीपर 100 ग्राम
4. मरीच चूर्ण 100 ग्राम
5. गौमूत्र 4 लीटर
6. शहद या गुड़ 1 किलो
7. गौघृत आवश्यकतानुसार
8. धायटी पुष्प 100 ग्राम

निर्माण विधि –

पहली विधि – गौमूत्र को पहले उबालें वनस्पति घटकों का चूर्ण गौमूत्र में मिलाइये फिर उसमें शहद अच्छी तरह से मिलाकर घृत सिद्ध मिट्टी के पात्र या Wooden Wax में छोड़कर धायटी पुष्प संधान विधि से संधान करें और 15-20 दिनों के बाद जब किण्वन की क्रिया हो जाए तब छानकर बोतल में भर दें।

दूसरी विधि – गौमूत्र को पहले उबाल लें ताकि इसकी अमोनिया गैस निकल जाए और गंध नष्ट हो जाये। बर्तन मिट्टी का हो। फिर छानकर गुड़ को गलाकर पुनः गर्म करें। एक बार पुनः गुड़ सहित छानें। आजकल गुड़ बनाते समय रसायनों का उपयोग किया जाता हैं, ऐसा गुड़ काम में ना लें, यह संधान 15 तक रहना चहिए। फिर बिना हिलाये ऊपर से आसव निथार लें ताकि इसका गाढ़ा भाग यूरिया तलछट में नीचे रह जाये और गौमूत्र आसव पतला व पारदर्शक बनें।

गुणधर्म – पाँचन शक्ति को सुदृढ़ बनाता हैं, भोजन में रूचि जगाता हैं, यकृत को बल देता हैं, उदर रोगों का नाश करता हैं। साँस की तकलीफ, खाँसी, दमा में विशेष लाभदायक, कुष्ठ रोग में भी लाभदायक। जितना पुराना आसव होगा उतना ही अधिक गुणकारी होगा।

मात्रा – गौमूत्र से आधी मात्रा, दोनों समय भोजन के बाद पानी के साथ।

विशेष – मधुमेह के रोगी पहली विधि से बना आसव ही लें, दूसरी विधि से बना आसव नहीं।

❖ बालपाल रस

घटकः

1. ब्राह्मी (मण्डूकपर्णी)	250 ग्राम
2. अश्वगंधा	250 ग्राम
3. शतावरी	250 ग्राम
4. गौमूत्र	20 लीटर
5. शक्कर	आवश्यकतानुसार
6. खाने का रंग	1 ग्राम
7. नींबू का सत	5 ग्राम

निर्माण विधि – घटक 1 से 3 तक बारीक पीसकर गौमूत्र में डालकर आसवन यंत्र से अर्क निकालकर उसमें शक्कर डालें। ठंड़ा होने के बाद खाने का रंग और नींबू का सत डालकर बोतल भरें।

गुणधर्म – बालक के अपचन, अफरा, पेट के कीटाणु(कृमि), दूध फेंकना, उल्टी, दूध का पाँचन न होन, रोग प्रतिरोधक शक्ति की कमी, ग्रोथ फेक्टर की कमी, दाँत निकलने के समय के कष्ट, मानसिक दुर्बलता, अविकसित मस्तिष्क व अन्य बाल रोगों से बचाव व चिकित्सा होती हैं। यकृत व फेफड़ों के रोगों से भी रक्ष होती हैं। नित्य देते रहने से बालक स्वस्थ रहता हैं।

मात्रा – गौमूत्र से आधी मात्रा

❖ नारी संजीवनी

घटकः

1.	शतावरी	250 ग्राम
2.	अश्वगंधा	250 ग्राम
3.	अशोक	250 ग्राम
4.	गौमूत्र	20 लीटर
5.	शक्कर	आवश्यकतानुसार
6.	खाने का पीला रंग	1 ग्राम
7.	नींबू का सत	5 ग्राम

निर्माण विधि – घटक 1 से 3 तक बारीक कूट पीसकर गौमूत्र में डालकर आसवन यंत्र से अर्क निकालकर उसमें शक्कर डालें। ठंडा होने के बाद खाने का रंग और नींबू का सत डालकर बोतल भरें।

गुणधर्म – महिलाओं के मासिक धर्म की किसी भी प्रकार की गड़बड़ी, श्वेत प्रदर, रक्त प्रदर तथा इनके द्वारा होने वाली सब प्रकार की कमजोरी, पेट में गैस बनना, हथेली पैर के तलवे जलना, दिमागी गर्मी, क्रोध आना, नींद कम आना, मुहाँसे आदि रोग ठीक होते हैं। हमेश लेते रहने से महिलाओं के स्वास्थ्य व सुन्दरता की रक्ष होती हैं।

मात्रा – गौमूत्र से आधी मात्रा।

❖ गौमूत्र पुनर्नवादि अर्क

घटकः

1.	पुनर्नवा	100 ग्राम
2.	गोखरू की जड़	50 ग्राम
3.	उपलसरी की जड़(सारिवा)	50 ग्राम
4.	नीम के पत्ते	25 ग्राम
5.	गुलबेल (गुडूची)	25 ग्राम
6.	दारूहल्दी	25 ग्राम
7.	दूर्वा	25 ग्राम
8.	कंकोल	10 ग्राम
9.	गौमूत्र	3.2 लीटर

निर्माण विधि – सभी घटक बारीक कूट पीसकर छानकर गौमूत्र में डालकर आसवन यंत्र द्वारा ½ भाग अर्क निकालें। अर्क को छानकर काँच की बोतल में भरकर बोतल को हवाबंद करना चाहिए।

गुणधर्म – यकृत व गुर्दे की बीमारियों में विशेष लाभदायक। मूत्र विरेचक, शरीर में आई सूजन को दूर करता हैं। पुनर्नवादि वटी के साथ लेने पर पूरा लाभ मिलता हैं।

मात्रा – 2-2 चम्मच सुबह-शम या वैद्यकीय सलाह के अनुसार।

❖ गौमूत्र पुनर्नवादि घटी

घटकः

1. पुनर्नवा 100 ग्राम
2. गोखरू की जड़ 50 ग्राम
3. उपलसरी की जड़(सारिवा) 50 ग्राम
4. नीम के पत्ते 25 ग्राम
5. गुलबेल (गुडूची) 25 ग्राम
6. दारूहल्दी 25 ग्राम
7. दूर्वा 25 ग्राम
8. कंकोल 10 ग्राम
9. गौमूत्र 1/2 लीटर

निर्माण विधि – सभी घटक बारीक कूट पीसकर कपड़छान कर गौमूत्र के साथ कढ़ाई में डालकर मंदाग्नि में औटाकर गाढ़ा बनने दें। फिर अपने आप ठंड़ा होने पर ½ - ½ ग्राम की गोलियाँ बनायें। नमी से बचाने के लिए गोबर की राख तथा शुद्ध गैरीक को अनुमान से मिलाकर उसमें गोलियों को लिपटाकर प्लास्टिक की डिब्बी में रख दें।

गुणधर्म- यकृत व गुर्दे की बीमारियों में विशेष लाभदायक। मूत्र विरेचक, शरीर में आई सूजन को दूर करता हैं, पुनर्नवादि अर्क के साथ लेने पर पूरा लाभ मिलता हैं।

मात्रा – सुबह शाम 1-1 गोली या वैद्यकीय सलाह के अनुसार

❖ गौमूत्र गुड़मारादि अर्क

घटकः

1. आँवला 100 ग्राम
2. हल्दी 100 ग्राम
3. मेथी 100 ग्राम
4. गुड़मार 50 ग्राम
5. जामुन बीज 50 ग्राम
6. करेला 50 ग्राम
7. कड़ु चिरायता 50 ग्राम
8. गौमूत्र 2 लीटर

निर्माण विधि – सभी घटक बारीक कूट पीसकर छानकर गौमूत्र में डालकर आसवन यंत्र द्वारा ½ भाग अर्क निकालें। अर्क को छानकर काँच की बोतल में भरकर बोतल को हवाबंद करना चाहिए।

गुणधर्म – मधुमेह नियंत्रण हेतु

मात्रा – वैद्यकीय सलाह के अनुसार

❖ गौमूत्र मधुमेहारी वटी

घटकः

1. आँवला 100 ग्राम
2. हल्दी 100 ग्राम
3. मेथी 100 ग्राम
4. गुड़मार 50 ग्राम
5. जामुन बीज 50 ग्राम
6. करेला 50 ग्राम
7. कड़ु चिरायता 50 ग्राम
8. गौमूत्र 2 लीटर

निर्माण विधि – सभी घटक बारीक कूट पीसकर कपड़छान कर गौमूत्र के साथ कढ़ाई में डालकर मंदाग्नि में औटाकर गाढ़ा बनने दें। फिर अपने आप ठंड़ा होने पर ½ - ½ ग्राम की गोलियाँ बनायें। नमी से बचाने के लिए गोबर की राख तथा शुद्ध गैरीक को अनुमान से मिलाकर उसमें गोलियों को लिपटाकर प्लास्टिक की डिब्बी में रख देना चाहिए।

गुणधर्म – मधुमेह नियंत्रण हेतु

❖ गौतक्रासव

घटकः

1. गाय का मट्ठा 1 लीटर
2. राई का चूर्ण 50 ग्राम
3. सेंधा नमक 50 ग्राम
4. हल्दी चूर्ण 50 ग्राम

निर्माण विधि – गाय के मठ्टे में बराबर मात्रा में पानी मिलाकर, उसमें बाकी तीनों चीजें अच्छी तरह मिलाकर रख दें। फिर किसी मिट्टी के बर्तन या कांच के मर्तबान में भर कर मुँह बंद रखकर संधान करें। चौथे दिन इसे छानकर बोतलों में भरें। निथार कर छानना चाहिए ताकि राई के छिलके और हल्दी कम आ सके। बाद में बोतलों में भी हल्दी जम जाने के बाद निथारते रहें।

गुणधर्म – अर्श (बवासीर) के लिए हर सूरत में लाभकारी। पेट के सब रोग, भूख न लगना, अन्न न पचना, गैस, अजीर्ण ठीक होते हैं। यह पाँचक हैं। यकृत, प्लीहा को लाभ पहुँचाता हैं।

सब प्रकार के बवासीर, अर्जीण, अफारा, गैस, भूख की कमी, घबराहट, कब्ज, सभी प्रकार के पेट रोगों का नाशक हैं। स्वादिष्ट पाँचक पेय हैं।

मात्रा – छोटे चार चम्मच भोजन के बाद पानी मिलाकर दो बार पीने से फायदा होता हैं। सब ऋतु में सबके लिए बराबर मात्रा में रोजाना लेना स्वास्थ्यरक्षक हैं। आयुवर्धक पेय हैं, स्वादिष्ट हैं। निरापद, सरल योग हैं। गैस नाशक हैं।

❖ गौ तक्रारिष्ट

घटकः

1. अजवायन 120 ग्राम
2. आंवला 120 ग्राम
3. हरड़े 120 ग्राम
4. काली मिर्च 120 ग्राम
5. पाँचों नमक 40 ग्राम

(सेंधा नमक, बीड नमक, काला नमक, सोवर्चलनमक, समुद्री नमक)

6. गौ तक्र (खट्टी छाछ) 6 लीटर

निर्माण विधि – उपरोक्त प्रमाण में सभी घटक लेकर उनका चूर्ण बनाकर एक पात्र में डाल उसमें तक्र डाल दें और पात्र का मुख बंदकर, 1 माह बाद छानकर रख लें।

गुणधर्म – उत्तम दीपक, पाँचक, रूचिवर्धक, यकृत, उत्तेजक, मल को बांधनेवाला, शोथ, गुल्म, अर्श, कृमि, प्रमेह, संग्रहणी, अतिसार और उदर रोगों को नष्ट करता हैं।

विशेषतः - पुरानी संग्रहणी और अतिसार में उपयुक्त

मात्राः - 10-15 मिली दिन में दो बार भोजन के बाद पानी के साथ ।

❖ पंचगव्य घृत

घटकः

1. गोबर रस 100 मिली
2. गौ दूध 100 मिली
3. गौ घृत 100 मिली
4. गाय का दही 100 मिली
5. गौमूत्र 100 मिली

निर्माण विधि – सबको एक कढ़ाई में डालकर आग पर चढ़ावें। मंद मंद आँच दें। सिर्फ घी ही पकने के बाद शेष रहे, तब ठण्डा करके छान ले।

मात्रा – 5 से 10 मिली लीटर दिन में दो बार भोजन के पूर्व तथा दो-दो बूँद नाक में रात को सोते समय या तकलीफ के समय

गुण – पुरानी सर्दी, सायनस, मिर्गी, दिमाग की कमजोरी, पागलपन, पाण्डु, शोथ, भंयकर कामला(Jaundice), बवासीर, गुल्म, ग्रह बाधा, विषमज्वर, बुद्धि मन्दता, याद्दाश्त की कमी पर लाभकारी हैं।

❖ त्रिफलादि घृत

घटकः

1.	त्रिफला	750 ग्राम
2.	भांगरे का रस/क्वाथ	750 मिली
3.	अडुसे का रस/क्वाथ	750 मिली
4.	आंवले का रस/क्वाथ	750 मिली
5.	शतावर का रस/क्वाथ	750 मिली
6.	गिलोय का रस/क्वाथ	750 मिली
7.	बकरी का दूध	750 मिली
8.	पीपल	20 ग्राम
9.	मिश्री	20 ग्राम
10.	मुनक्का	20 ग्राम
11.	हरड़े	20 ग्राम
12.	बहेड़ा	20 ग्राम
13.	आँवला	20 ग्राम
14.	नील कमल	20 ग्राम
15.	क्षीरकाकोली	20 ग्राम
16.	कटेली	20 ग्राम
17.	गोघृत	750 ग्राम
18.	जल	आवश्यकतानुसार

निर्माण विधि – त्रिफला 750 ग्राम का 8 गुणा जल में क्वाथ करें। अष्टमांश जल शेष रहने पर छानकर उपयोग में लें। यह क्वाथ और घटक से 7 आपस में मिला दें। अब घटक 8 से 17 को इनमें डाल दें। अब इसे घी में पकायें और तुरंत उतारकर छान लें।

गुणधर्म – नेत्र रोग, रतौंधी(रात में न दिखना), मोतियाबिन्द, नेत्र की लाली, अंधता, मंददृष्टि, वातज, पित्तज, कफज नेत्र रोग, शारीरिक बल, पाँचन शक्ति और शारीरिक कांति को बढ़ाता हैं। मस्तिष्क की निर्बलता को दूर करता हैं, जीर्ण कब्ज से मुक्ति दिलाता हैं।

मात्रा – 5-10 ग्राम दिन में दो बार, सुबह-रात्रि को दूध के साथ या दोपहर और रात्रि को भोजन के प्रारंभ में प्रथम ग्रास के साथ।

❖ अष्टमंगल घृत

घटकः

1.	बच	10 ग्राम
2.	कुठ	10 ग्राम
3.	ब्राह्मी	10 ग्राम
4.	सफेद सरसों	10 ग्राम
5.	अनंतमूल	10 ग्राम
6.	सेंधा नमक	10 ग्राम
7.	पीपल	10 ग्राम
8.	गोघृत	280 ग्राम

9. जल 12 लीटर

निर्माण विधि – सभी औषधियों को समभाग लेकर कल्क करें, बाद में कल्क के चार गुणा जल मिलाकर यथा विधि घृत सिद्ध करें।

गुणधर्म – यह घृत बालकों को रोज चटाने से उनकी बुद्धि बढ़कर धारणशक्ति तीव्र होती हैं एवं बालक स्वस्थ और पुष्ट बनता हैं।

मात्रा – 1-1 ग्राम सुबह और शाम मिश्री में या भोजन के पहले ग्रास में मिलाकर दिन में दो बार सेवन करें।

❖ ब्राह्मी घृत

घटकः

1. ब्राह्म का स्वरस 4 किलो
2. गोघृत 2 किलो
3. सोंठ 10 ग्राम
4. कालीमिर्च 10 ग्राम
5. सफेद निसोत 10 ग्राम
6. काली निसोत 10 ग्राम
7. शंखाहुली 10 ग्राम
8. दन्तीमूल 10 ग्राम
9. पीपल 10 ग्राम
10. वायविडंग 10 ग्राम
11. सातला की छाल 10 ग्राम
12. अमलतास फली का गूदा 10 ग्राम
13. जल 8 लीटर

निर्माण विधि - ब्राह्मी का स्वरस 4 किलो और गोघृत 2 किलो लें। घटक 3 से 12 को जल में पीसकर कल्क करें। फिर सबको 8 लीटर जल में मिला मंदाग्नि पर पकाकर घृत सिद्ध करें।

गुणधर्म – यह घृत उन्माद, कुष्ठ, अपस्मार, मगज की निर्बलता और मंदाग्नि को दूर करता हैं। मलावरोध का नाश करता हैं।

मात्रा – 5-10 ग्राम दिन में दो बार।

❖ अर्जुन घृत

घटकः

1. मूर्च्छित गोघृत 1 किलो
2. अर्जुन की छाल 2 किलो
3. अर्जुन कल्क 100 ग्राम
4. जल 16 किलो

निर्माण विधि - सर्वप्रथम अर्जुन की छाल 1 किलो लेकर जौ कूट करें।

तत्पश्चात इसमें 16 किलो जल मिलाकर क्वाथ करें। 4 किलो जल शेष रहने पर उतारकर छान लें। बाद में अर्जुन की छाल 100 ग्राम लेकर उसका कल्क बनाये। फिर उपरोक्त क्वाथ, घृत और कल्क को मिलाकर घृतपाक विधि से घृतपाक कर लें। घृत सिद्ध हो जाने पर छानकर सुरक्षित भर लें।

गुणधर्म – ह्रदय रोग और वात की तकलीफ में अत्यंत लाभदायक।

मात्रा – 2.5 से 5 ग्राम मिश्री के साथ चटाकर ऊपर से गर्म गाय का दूध पिलायें।

❖ जात्यादि घृत

घटकः

1. चमेली के पत्ते	10 ग्राम
2. नीम के पत्ते	10 ग्राम
3. पटोल पत्र	10 ग्राम
4. मैनसिल	10 ग्राम
5. हल्दी	10 ग्राम
6. दारू हल्दी	10 ग्राम
7. कुटकी	10 ग्राम
8. मजीठ	10 ग्राम
9. मुलहठी	10 ग्राम
10. करंज के पत्ते	10 ग्राम
11. नेत्रबाला	10 ग्राम
12. अनंतमूल	10 ग्राम
13. नीला थोथा	10 ग्राम
14. गाय का घी	500 ग्राम

निर्माण विधि – घटक 1 से 12 तक सभी 1-1 तोला पानी में घोटकर लुगदी बना लें।

फिर लुगदी से चार गुणा घी और 16 गुणा जल मिलाकर मंद आँच पर पकाकर घृत सिद्ध करें। घृत पक जाने पर छन लें, फिर मोम और नीले थोथे का फूला 1-1 तोला मिलाकर मलहम जैसा घृत बना लें।

गुणधर्म – पुराना नाड़ी व्रण (नासूर), गंभीर व्रण या फोड़ा और सभी घावों में उपयुक्त।

मात्रा – आवश्यकतानुसार केवल बाह्य प्रयोग के लिए।

❖ गौमय वातनाशक तेल

घटकः

1. सरसों का तेल	1 लीटर
2. गौमूत्र	500 मिली
3. आंबा हल्दी	50 ग्राम
4. लहसुन/सोन	50 ग्राम
5. निर्गुडी पत्र	50 ग्राम

6. कपूर 10 ग्राम
7. अजवायन सत 10 ग्राम

निर्माण विधि – सरसों का तेल कढ़ाई में डालकर उसे मंदाग्नि पर रख सभी घटक मिला दें, जब केवल तेल शेष रहे तो ठंड़ा होने पर बोतल में भर लें।

गुणधर्म – संधिवात, स्नायुवात, मोच, सूजन पर मालिश हेतु

❖ गोपाल नस्य

घटकः

1. गौवत्स गोबर 100 ग्राम
   (गाय के तत्काल पैदा हुए बछड़े-बछिया का गोबर जो बछड़े के गर्भ में रहते समय ही बना हो)
2. आक का दूध 100 ग्राम
3. काली मिर्च 50 ग्राम

निर्माण विधि – उपरोक्त गोबर को खरल में डालकर खूब खरल करें।

फिर आक का दूध डालकर खूब खरल करें। सूख जाने पर दूध डालते रहें और लगातार खरल करते रहें। बाद में अच्छी तरह सूखा लें। इस सूखे गोबर से आधा भाग काली मिर्च का चूर्ण मिलाकर फिर खूब रगड़ें। तत्पश्चात कपड़े से छानकर शीशी में भरकर रखें।

गुणधर्म – मिर्गी, दिमाग में कीड़े, नाक का पीनस, हिस्टीरिया, बेहोशी, सायनस, सिर दर्द आदि में एक नली में इस नस्य को रखकर दोनों सुरों में फूँके।

एक – दो मिर्गी के दौरे में फूँक देने से मिर्गी नष्ट होती हैं।

❖ गौमय मलहम

घटकः

1. गोबर के छाणे का बारीक चूर्ण 500 ग्राम
2. गोरू मिट्टी 400 ग्राम
3. गौमूत्र क्षार 100 ग्राम
4. नीला थोथा 50 ग्राम
5. पेट्रोलियम जेली 1 किलो

निर्माण विधि – पहले नीला थोथा पीसकर फिर छोटी सी कढ़ाई में मंद आँच पर भून लें। रंग सफेद होने पर उतार लें। फिर सभी चीजों को बारीक रगड़कर पेट्रोलियम जेली में मिलाकर खरल में फिर से खूब रगड़ें। बाद में शीशियों भर लें। कभी कोमल स्थान पर लगाने से जलन हो तो थोड़ा घी मिलाकर हल्का करें।

गुणधर्म – दाद(एक्जिमा), खाज, सिरोसिस, दूषित घाव पर लाभकारी।

मात्रा – त्वचा रोग पर गौमूत्र से वह स्थान धोकर दिन में दो-तीन बार मलहम लगायें
सावधानी – आँखों में न लगने पायें।

गौमय दादनाशक बट्टी

घटकः

1. मुल्तानी मिट्टी 1 किग्रा
2. ताजा गोबर 1 किग्रा
3. बावची के बीज 200 ग्राम
4. नीम के पत्तों का काढ़ा आवश्यकतानुसार

निर्माण विधि – ताजे गोबर में छने हुए नीम के पत्तों के काढ़े को मिलाकर मोटी चलनी से एक बार पुनः छानें। इसमें घटक 2-3 के कपड़छन चूर्ण को अच्छी तरह से मिलाकर साँचे या डाई में दबाकर टिकिया बना लें। और धूप में सूखा दें।

गुणधर्म – चर्मरोग पर गुणकारी, विशेषतः दाद, एक्जिमा पर

मात्रा – पानी या गौमूत्र के साथ लेप करें।

❖ अंगराग चूर्ण(गौमय उबटन)

घटकः

1. ताजा गोबर 1 किलो
2. मुल्तानी मिट्टी 1 किलो
3. गेरू का चूर्ण 100 ग्राम
4. हल्दी का चूर्ण 50 ग्राम
5. दूध ऐच्छिक व आवश्यकतानुसार(रूखी त्वचा में लाभकारी)

निर्माण विधि –

1. घटक 2,3,4 का कपड़छन चूर्ण बनाकर रख लें। इसे ताजे गोबर में अच्छी तरह मिलाकर सूखा लें। सूखने पर इसका पुनः कपड़छन चूर्ण बनाकर भर लें।
2. दूसरी विधि में गोबर के साथ-साथ दूध का भी मिश्रण कर दें।

गुणधर्म –

चेहरे की चमक बढ़ाता हैं, मुँहासों से छुटकारा दिलाता हैं, त्वचा पर पड़े काले दागों को मिटाता हैं, पसीने की दुर्गंध का नाश करता हैं, त्वचा को पोषण देता हैं, खाज-खुजली मिटाता हैं, त्वचा में छिपे कीटाणुओं का नाश करता हैं, बालों की रूसी से छुटकारा दिलाता हैं, रक्त चाप को सामान्य करने में मदद करता हैं, जोड़ो के दर्द में लगाकर धूप में बैठने या सेक देने पर आराम पहुँचाता हैं। तेज बुखार में सिरदर्द या तेज जुकाम होने पर ललाट पर मोटा लेप लगायें, मिनटों में आराम मिलेगा, 2-3 घंटों में बुखार भी उतर जायेगा।

उपयोग विधि – दूध, दही, छाछ या पानी के साथ प्रयोग करें। रूखी त्वचा वाले दूध या दही के साथ, तैलीय त्वचावाले पानी के साथ और बालों में छाछ के साथ प्रयोग करें।

❖ अंगराग बट्टी(गौमय साबुन)

घटकः

1.	ताजा गोबर	1 किलो
2.	मुल्तानी मिट्टी	1 किलो
3.	गेरू का चूर्ण	100 ग्राम
4.	हल्दी का चूर्ण	50 ग्राम
5.	नीम के पत्तों का काढ़ा	500 मिली

निर्माण विधि – ताजे गोबर में छने हुए नीम के पत्तों के काढ़े को मिलाकर मोटी चलनी से एक बार पुनः छानें। इसमें घटक 2,3 और 4 कपड़छन चूर्ण को अच्छी तरह से मिलाकर साँचे या डाई में दबाकर टिकिया बना लें। और धूप में सूखा दें।

गुणधर्म – चेहरे की चमक बढ़ाता हैं, मुँहासों से छुटकारा दिलाता हैं, त्वचा पर पड़े काले दागों को मिटाता हैं, पसीने की दुर्गंध का नाश करता हैं, त्वचा को पोषण देता हैं, खाज-खुजली मिटाता हैं, त्वचा में छिपे कीटाणुओं का नाश करता हैं।

विशेष – शरीर पर लगाने से पहले आधे – एक मिनट के लिए बट्टी को पानी से नम कर दें।

❖ गौमय दंतमंजन

घटकः

1.	गोबर के कंड़ो का कोयला	500 ग्राम
2.	सादा कपूर	10 ग्राम
3.	अजवायन का सत	10 ग्राम
4.	लौंग	40 ग्राम
5.	नीलगिरी का तेल	20 ग्राम
6.	सेंधा नमक	100 ग्राम

निर्माण विधि – गोबर के कण्ड़ों को पहले साफ-सुथरी जगह या कढ़ाई में रखकर जलायें। जब धुँआ निकलना बंद हो जाए तो एक साफ तगारी से ढँक दें और उसकी आसपास की हवा बंद करने के लिए टाट का कपड़ा किनारों पर दबा दें। लगभग आधे घंटे के बाद खोलकर काला मजबूत कोयला निकाल लें। कच्चा कंड़ा या जली सफेद राख काम में नहीं लें। बड़ी मात्रा में बनाना हो तो जमीन में गड्ढा खोदकर ईंट सीमेंट से प्लास्टर कर उसमें कोयला बनाया जा सकता हैं। ऊपर से किसी बड़े लोहे के बर्तन से ढककर हवा बंद की जा सकती हैं। इस तरह बने कोयले को खरल में बारीक करके सूती कपड़े में रगड़कर छानकर सूक्ष्म चूर्ण बना लें।

अब सेंधा नमक के बारीक चूरे को 300 ग्राम पानी में मिलाकर अच्छी तरह घोल लें। इसे कोयले के चूरे पर धीरे-धीरे छिड़ककर अच्छी तरह मिलाते जायें। इसे तीन-चार घंटे तक ऐसे ही पड़ा रहने दें, जिससे सम मात्रा में नमी फैल जाए। इसी समय कपूर और अजवायन के सत को एक शीशी में मिलाकर एक घंटे रखें। यह अपने आप घुकर तेल बन जायेगा और लौंग को खरल में एकदम बारीक कर लें। अंत में नीलगिरी के तेल और कपूर अजवायन के सत के तेल व लौंग के चूर्ण को गोबर कोयले के चूर्ण पर छिड़ककर अच्छी तरह मिलायें और तुंरत पैक कर दें।

गुणधर्म – दाँत का दर्द, दाँत से खून आना, मुँह की दुर्गन्ध, दाँतों में कीड़ा लगना, दाँतों का मै, दाँतों की कमजोरी आदि में अत्यंत लाभदायक।

मात्रा – आवश्यकतानुसार

❖ गौमय नवग्रह धूप

घटकः

1. ताजा गोबर	2 किलो
2. घी	200 ग्राम
3. अक्षत(अखंड चावल)	150 ग्राम
4. मैदा लकड़ी	आवश्यकतानुसार
5. आक	100 ग्राम
6. पलाश	100 ग्राम
7. खैर	100 ग्राम
8. अपामार्ग	100 ग्राम
9. पीपल	100 ग्राम
10. गूलर	100 ग्राम
11. शमी	100 ग्राम
12. दूर्वा	100 ग्राम
13. दर्भ	100 ग्राम
14. लकड़ी का बुरादा	2 किलो

निर्माण विधि – सबसे पहले घटक 5 से 13 में घी को अच्छी तरह मिलायें। अब इसमें लकड़ी का बुरादा और ताजे गोबर को डालकर अच्छी तरह मिला लें। इसमें मैदा लकड़ी मिलाकर उंगली के आकार की नली (प्लास्टिक, पीतल या एल्युमीनियम) में डालें और इसी आकार की लकड़ी से धक्का देकर निकालें। बत्ती को धूप में सूखा लें।

गुणधर्म – गोबर में लक्ष्मी का वास हैं। अतः प्रतिदिन गोबर को जलाने से दरिद्रय का नाश होता हैं। आक-सूर्य, पलाश-चन्द्र, खैर-मंगल, अपामार्ग-बुध, पीपल-गुरू, गुलर-शुक्र, शमी-शनि, दूर्वा-राहू और दर्भ-केतू ग्रहों की समिधा हैं। इसका धूप करने से नवग्रहों की शांति होती हैं। अतः प्रतिदिन गौमय नवग्रह समिधा को सुबह-शाम प्रज्जवलित करना चाहिए।

इसके धुएँ से मच्छर व कीट भाग जाते हैं। इसकी भस्म घाव और फोड़ें-फुन्सी के ऊपर बहुत ही अच्छी औषधि हैं। कटी हुई त्वचा पर इस भस्म को लगाने से खून रूकता हैं और घाव जल्दी भरता हैं। इसकी भस्म को शहद के साथ चाटने से खाँसी में आराम मिलता हैं।

इस अध्याय में जगह-जगह निर्माण विधि में क्वाथ, शोधन, कल्क, स्वरस शब्दों का प्रयोग किया गया हैं। इनका अर्थ नीचे स्पष्ट किया गया हैं।

❖ क्वाथ – प्रकरण (आयुर्वेद सारसंग्रह)

1 तोला क्वाथ की औषधि को जौकूट (मोटा चूर्ण) करके मिट्टी के पात्र अथवा कलईदार बर्तन में सोलह गुणे पानी में मंद अग्नि पर पकावें। जब चौथाई पानी शेष रहे, तब कपड़े से छान लें। क्वाथ बनाते समय बर्तन का मुँह खुला रहना चाहिए। ढक देने से क्वाथ भारी हो जाता हैं, ऐसी शास्त्राज्ञा हैं। क्वाथ मिट्टी के कोरे बर्तन में बनाना चाहिए।

❖ द्रव्य शोधन(रसतंत्रसार व सिद्धप्रयोग)

आयुर्वेद शास्त्र के नियमानुसार द्रव्यों का शोधन करना अर्थात् निर्दोषकर गुण वर्द्धन करना, अनावश्यक बाधक अंश, विजातीय, द्रव्य अथवा मल को दूर करना या उसमें स्थित दोष को घटाकर गुण की वृद्धि करना आदि हेतु में से किसी एक या अनेक हेतुओं की सिद्धी के लिए औषध द्रव्य पर जो संस्कार किया जाता हैं, उसे शोध न कहते हैं।

❖ कल्क – (रसतंत्रसार व सिद्धप्रयोग – कषाय प्रकरण)

ताजी औषधियों को बिना जल मिलायें और सूखी औषधियों में जल मिलाकर चटनी(लुगदी) तैयार करने को कल्क कहते हैं। यदि कल्क में प्रक्षेप शहद, घृत या तैल मिलाना हो तो कल्क से दो गुणा शक्कर या गुड़ मिलाना हो तो कल्क के समान और कांजी आदि द्रव्य पदार्थ मिलाना हो तो कल्क से चार गुणा मिलाना चाहिए।

❖ स्वरस(रसतंत्रसार व सिद्धप्रयोग)

ताजी औषधियों को कूट निचोड़कर रस निकाला जाता हैं। उसे स्वरस कहते हैं। सूखी औषधियों को कुचल या कूट, दो गुणा जल में 24 घंटे भीगा, छानकर रस निकाल लेने को भी स्वरस कहते हैं एवं सूखी औषधियों को 8 गुने जल में पका चतुर्थांश जल शेष रहने पर छान लेने से भी स्वरस का काम निकलता हैं।

❖ गौमूत्र का सामान्य रोगों पर घरेलू प्रयोग

गाय के मूत्र में कर्बोलिक एसिड़ होता हैं, जो कीटाणुनाशक हैं। अतः शुद्धि और स्वच्छता बढ़ाता हैं। प्रचीन ग्रंथो ने इस दृष्टि से ही गौमूत्र को पवित्र कहा हैं। आधुनिक दृष्टि से गौमूत्र में नाइट्रोजन, फॉस्फोट, यूरिया, यूरिक एसिड़, पोटेशियम और सोड़ियम होता हैं। जिन महीनों में गाय दूध देती हैं, उस वक्त गौमूत्र में लेक्टोज रहता हैं, जो ह्रदय और मस्तिष्क के विकारों में बहुत हितकारी हैं। स्वर्णक्षार भी मौजूद हैं, जो रसायन हैं।

गौमूत्र सेवन के लिए जो गाय रखी जाती हैं वह निरोगी और युवा होनी चाहिए। जंगल क्षेत्र और चट्टानें जहाँ गायों को प्राकृतिक वनस्पति खाद्य रूप में मिल सकें, वहाँ गायों क मूत्र अधिक अच्छा हैं। गौमूत्र को स्वच्छ वस्त्र से छानकर सुबह में खाली पेट पीना चाहिए। गौमूत्र पान के एक घंटे तक कुछ खाना नहीं चाहिए। स्तन पान करने वाले बच्चों को गौमूत्र देते समय माता को भी गौमूत्र देना चाहिए। मासिक धर्म के दौरान स्त्रियों को गौमूत्र पान से शान्ति और शक्ति मिलती हैं। सामान्यतः युवा व्यक्ति एक छटाँक से एक पाव मात्रा में गौमूत्र सेवन कर सकते हैं।

गौमूत्र का उपयोग विभिन्न रोगों में कैसे हो सकती हैं वह हम क्रमशः दे रहे हैं।

1. कब्ज के रोगी को उदरशुद्धि के लिए गौमूत्र को अधिक बार कपड़े से छानकर पीना चाहिए।
2. गौमूत्र में हरड़े चूर्ण भिगोकर धीमी आँच से गरम करना चाहिए। जलीय भाग जल जाने पर इसका चूर्ण उपयोग में लिया जाता हैं। गौमूत्र का सीधा सीधा सेवन जो नहीं कर सकता हैं उसे इस हरड़े का सेवन करने से गौमूत्र का लाभ मिल सकता हैं।

3. जीर्णज्वर, पाण्डु, सूजन आदि में किराततिक्त(चिरायता) के पानी में गौमूत्र मिलाकर, सात दिन सुबह और शाम पीना चाहिए।
4. खाँसी, दमा, जुकाम आदि विकारों में गौमूत्र सीधा ही प्रयोग में लाने से तुरंत ही कफ निकलकर विकार शमन होता हैं।
5. पाण्डुरोग में हर रोज सुबह खाली पेट ताजा और स्वच्छ गौमूत्र कपड़े से छानकर नियमित पीने से 1 माह में अवश्य लाभ होता हैं।
6. बच्चों को खोखली खाँसी होने पर गौमूत्र क छानकर उसमें हल्दी का चूर्ण मिलाकर पिलाना चाहिए।
7. उदर के किसी भी रोग में गौमूत्र पान से लाभ होता हैं।
8. जलोदर में रोगी केवल गौदूध सेवन करें और साथ साथ गौमूत्र में शहद मिलाकर नियमित पीना चाहिए।
9. चरक के मतानुसार लोहे के बारीक चूर्ण को गौमूत्र में भिगोकर इसको दूध के साथ सेवन करने से पाण्डुरोग में जल्दी लाभ होता हैं। सेवन से पहले खूब छानना जरूरी हैं।
10. शरीर की सूजन में केवल दूध पीकर साथ में गौमूत्र का सेवन करना चाहिए।
11. गौमूत्र में नमक और शक्कर समान भग में मिलाकर सेवन करने से उदर रोग शमन होता हैं।
12. गौमूत्र में सैंधव नमक और राई का चूर्ण मिलाकर पीने से उदररोग मिटता हैं।
13. आँखों की जलन, कब्ज, शरीर में सुस्ती और अरुचि में गौमूत्र में शक्कर मिलाकर लेना चहिए।
14. खाज, फुन्सियाँ, विचर्चिक में गौमूत्र में आंबाहल्दी चूर्ण मिलाकर पीना चाहिए।
15. प्रसूति के बाद सुवा रोग में स्त्री को गौमूत्र पिलाने से अच्छा लाभ होता हैं।
16. चर्म रोगों में हरताल, बाकुची तथा मालकांगनी को गौमूत्र में मिलाकर सोगठी बनाकर इसे दूषित त्वचा पर लगाना चाहिए।
17. सफेद कुष्ठ में बाकुची तथा मालकांगनी को गौमूत्र में मिलाकर सोगठी बनाकर इसे दूषित त्वचा पर लगाना चाहिए।
18. सफेद कुष्ठ में बावची के बीज को गौमूत्र में अच्छी तरह पीसकर लेप करना चाहिए।
19. शरीर में खुजली होने पर गौमूत्र से मालिश और स्नान करना चाहिए।
20. कृष्णजीरक को गौमूत्र में पीसकर इसका शरीर पर मालिश और गौमूत्र स्नान करने से चर्म रोग मिटते हैं।
21. ईंट को खूब तपाकर गौमूत्र में इसे बुझाकर, कपड़े में लपेटकर यकृत और प्लीहा(तिल्ली) की सूजन पर सेंक करने से लाभ होता हैं।
22. कृमि रोग में डीकामाली का चूर्ण गौमूत्र के साथ देना चाहिए।
23. सुवर्ण, लोह वस्तनाभ, कुचला आदि का शोधन करने के लिए और भस्म बनाने के लिए औषध निर्माण में गौमूत्र का उपयोग होता हैं। वह विषैले द्रव्यों का विषप्रभाव नष्ट करता हैं। शिलाजीत की शुद्धि भी गौमूत्र से होती हैं।
24. चर्मरोगों में उपयोगी महामरिच्यादि तेल और पंचगव्य घृत बनाने में गौमूत्र उपयोग में लाया जाता हैं।
25. हाथी पाँव (फाइलेरिया) रोग में गौमूत्र सुबह में खाली पेट लेने से यह रोग मिट जाता हैं।
26. गौमूत्र का क्षर उदर वेदना में, मूत्ररोध में तथा वायु व अनुलोमन करने के लिए दिया जाता हैं।
27. गौमूत्र सिर में अच्छी तरह मलकर थोड़ी देर तक लगे रखना चाहिए। सूखने के बाद धोने से बाल सुन्दर होते हैं।
28. कामला रोग में गौमूत्र अतीव उपयोगी हैं।
29. गौमूत्र में पुराना गुड़ और हल्दी चूर्ण मिलाकर पीने से दाद, कुष्ठरोग और हाथी पाँव में लाभ होता हैं।
30. गौमूत्र के साथ एरंड तेल एक मास तक पीने से संधिवात और अन्य वातविकार नष्ट होते हैं।
31. बच्चों को उदर वेदना तथा पेट फूलने पर एक चम्मच गौमूत्र में थोड़ा नमक मिलाकर पिलाना चाहिए।
32. बच्चों को सूखा रोग होने पर एक मास तक, सुबह और शाम गौमूत्र में केसर मिलाकर पिलाना चाहिए।
33. शरीर में खाज-खुजली हो तो गौमूत्र में नीम के पत्ते पीसकर लगाना चाहिए।

34. गौमूत्र के नियमित सेवन से शरीर में स्फूर्ति रहती हैं, भूख बढ़ती हैं और रक्त का दबाव स्वाभाविक होने लगता हैं।
35. क्षय रोग में गोबर और गौमूत्र की गंध से क्षय के जंतु का नाश होने से अच्छा लाभ होता हैं।
36. Ring-Worm दाद पर, धतूरे के पत्ते गौमूत्र में पीसकर गौमूत्र में ही उबालें। गाढ़ा होने पर लगावें।
37. टाइफायड की दवाएं खाने से अक्सर सिर या किसी स्थान के बाल उड़ जाते हैं। तो इसके इलाह हेतु गौमूत्र में तम्बाकू को खूब पीसकर डाल दे। 10 दिन बाद पेस्ट टाइप बन जाने पर अच्छ रगड़ कर बाल झड़े स्थान पर लगाने से बाल फिर आ जाते हैं। सिर में भी लग सकते हैं।

पंचगव्य चिकित्सा से रोगोपचार करते समय ध्यान रखने योग्य बातें

किसी भी औषधि की सफलता उसकी गुणवत्ता पर आधारित होती हैं। पंचगव्य चिकित्सा में गाय से ही प्राप्त चीजों का मुख्यतः उपयोग होता हैं, अतएव गाय कैसी हो यह फिर से दोहराया जा रहा हैं।

1. गाय देशी नस्ल की हो अर्थात् जिसके ककूद हो। जर्सी, रेड डेन, होलस्टाइन फ्रीजियन आदि नहीं।
2. गाय स्वस्थ व सश्कत हों।
3. गाँव में घूमकर प्लास्टिक या कूड़ा-कचरा खानेवाली न हो।
4. गाँव जंगल या गोचर में चरने जाती हो तथा हमेशा रसायनयुक्त चारा खाती हो।
5. गाय सेवा से प्रसन्न हो।

एलोपैथी की जड़ औषधियों की तरह पंचगव्य जड़ नहीं हैं, वह प्राणवान व चैतन्य हैं, उसमें देवताओं का वास हैं। इसलिए उन्हें ग्रहण करते समय उनकी दिव्यता का स्मरण कर ग्रहण करें। जैसे गौमूत्र लेते समय यह विचार करें कि इसमें गंगा का वास हैं अर्थात् यह सृष्टि पालक भगवान विष्णु का चरणमृत हैं यह शीघ्र प्रसन्न होने वाले भगवान शिव के जट से निकली अमृत की धारा हैं। गाय में 33 कोटि देवता हैं इसलिए गौमूत्र तो 33 कोटि तीर्थों का जल हैं। ऐसे बार – बार नमस्कार शरणागति भाव से गौमूत्र ग्रहण करने पर इसका प्रभव भी दिव्य ही होता हैं। इसे सामान्य औषधि मानने पर इसका प्रभाव भी सामान्य होता हैं। अविश्वास या घृणा भाव से लेने पर इसका परिणाम होता भी हैं और नहीं भी होता।

आगे विभिन्न रोगों का उपचार बताया जा रहा हैं। जब भी आप पंचगव्य का सेवन करें, तब अपनी प्रकृति, ऋतु और अवस्था का ध्यान अवश्य रखें।

1. दूध – दूध वात दोष बढ़ा सकता हैं, अतएव वात से पीड़ित व्यक्ति गर्म दूध में दो चम्मच घी डालकर और फेंट कर पीयें घी वातनाशक होने से दूध को सुपाँचय बना देता हैं। जिनकी पाँचन शक्ति बहुत कमजोर हो उन्हें दूध में आधा पानी मिला लेन चाहिए, लेकिन घी की मात्रा कम नहीं करनी चाहिए।
2. दही – दही पित्त दोष बढ़ा सकता हैं, चांदी के प्याले में जमा ताजा दही लेने से पित्त का शमन हो जाता हैं। पित्त दोष से पीड़ित व्यक्ति को दही की जगह छाछ का सेवन करना चाहिए क्योंकि छाछ पित्त नाशक हैं।
3. घी – घी कफ दोष बढ़ा सकता हैं, गर्म आहार के साथ घी लेने से कफ की प्रधानता कम हो जाती हैं। घी के ऊपर गर्म पानी अमृत और ठंड़ा पानी विष के समान हैं।
4. गौमूत्र – गौमूत्र कुछ पित्त को बढ़ाता हैं, लेकिन विरेचन के गुण के कारण पक्वाशय और छोटी आँतों में संचित पित्त को दस्त के माध्यम से निकालकर राहत भी देता हैं। पित्त दोष से पीड़ित व्यक्ति को गौमूत्र सेवन के दिनों में घी का भी सेवन करना चाहिए। गौमूत्र को बार-बार छानने से भी इसका विरेचन गुण बढ़कर पित्त का नाश करता हैं।

एक बात को यहाँ फिर से दोहराना आवश्यक हैं कि इस पुस्तक में जहाँ कहीं भी घी शब्द आया हैं, उसे देशी गाय के दही को मथकर निकाले गये मक्खन को तपकर बनाया गया घी ही समझे। आजकल यंत्र से दूध से क्रीम निकाल जाता हैं, फिर उसे गर्म कर घी बनाया जाता हैं। यह वास्तव में घी नही बटर ऑइल हैं। इसके गुणधर्म बिल्कुल अलग हैं और यह औषधि के लायक नहीं हैं। आजकल बाजार में शुद्ध गा के घी के नाम पर भी बटर ऑइल ही बिक रहा हैं। देशी गाय का घी इससे 2 से 3 गुणा महंगा हैं। और जैसे – जैसे इसका औषधीय महत्व पता चलता जायेगा यह मंहगा ही होता जायेगा इसे सस्ता रखने का एक ही उपाय हैं कि गौरक्षण व गौसंवर्धन किया जायें और उसके गोबर-गौमूत्र का भी पूरा-पूरा उपयोग किया जाए।

आगे जहाँ कहीं नस्य घृत(नाक में घी डालना) की बात आयेगी। वहाँ निम्न विधि से ही नाक में घी डालना हैं।

लेटकर या कुर्सी पर बैठे हों तो सिर को पीछे की ओर झुकाकर एक-एक नासछिद्र में दो-दो बूँद घी डालें। 5 मिनट इसी तरह रहें। मौन रखें। घी को खीचें नहीं, सामान्य श्वास लेते रहें। घी का तापमान हमेशा शरीर के तापमान से अधिक होना चाहिए। घी को सीधे अग्नि पर गर्म ना करें, घी के पात्र को तेज गर्म पानी में रखकर गर्म करें।

इसी प्रकार से आगे जहाँ कही भी दूध में घी लेने की बात आये उसे निम्न विधि से ही लें।

तेज गर्म दूध में चम्मच घी डालकर दो गिलासों में खूब उथल-पुथल करें। इससे दूध में झाग हो जायेंगे। गर्म-गर्म दूध-घी का ही सेवन करें।

गौ चिकित्सा के समय मांसाहार, शराब, तंबाकू, सिगरेट, गुटखा आदि व्यसन पूर्णतः वर्जित हैं।

किसी भी उपचार पद्धति के साथ आप पंचगव्य चिकित्सा ले सकते हैं। इसका किसी भी पद्धति से विरोध नहीं हैं, बल्कि गौमूत्र अर्क तो अन्य औषधियों की शक्ति को बढ़ा देता हैं। लाभ होने पर आप पहले से चल रही चिकित्सा बंद भी कर सकते हैं। आयुर्वेद चिकित्सा, होम्योपैथी चिकित्सा, एक्यूप्रेशर, चुंबक चिकित्सा, योग चिकित्सा आदि पंचगव्य चिकित्सा के साथ लें तो गंभीर रोगों में भी बहुत जल्दी लाभ होता हैं।

❖ गौमूत्र सेवन की मात्रा

गौमूत्र का सेवन कितनी मात्रा में करना चाहिए ?

प्रत्येक व्यक्ति को ऋतु, अपनी प्रकृति और अवस्था के अनुसार गौमूत्र का सेवन करना चाहिए।

ऋतु – ग्रीष्म ऋतु में अल्प मात्रा में गौमूत्र का सेवन करना चाहिए। ग्रीष्म ऋतु से शीत ऋतु में 5 से 10 गुणा अधिक मात्रा में गौमूत्र का सेवन किया जा सकता हैं।

प्रकृति – वात प्रकृति के व्यक्तियों को सामान्य मात्रा में, कफ प्रकृति के व्यक्तियों को अधिक मात्रा में और पित्त प्रकृति के व्यक्तियों को कम मात्रा में गौमूत्र का सेवन करना चाहिए।

अवस्था – एक वर्ष तक के बच्चों को ग्रीष्म ऋतु में महीने 3 बूँद और तेज सर्दियों में महीने 15 बूँद तक दिया जा सकता हैं। उदाहरण के लिए 4 महीने के बच्चों को गर्मियों में 4 * 3=12 बूँद और सर्दियों में 4 * 15 = 60 बूँद तक दिया जा सकता हैं। वैसे दूध पीते बच्चों की माताओं को गौमूत्र देने से अधिक लाभ होता हैं। उनका मात्रा वयस्क के अनुसार होनी चाहिए।

यहाँ सामान्य मात्रा का वर्णन किया जा रहा हैं जिसे अपनी प्रकृति और ऋतु के अनुसार कम अधिक मात्रा में लिया जा सकता हैं।

- 1 वर्ष से 2 वर्ष के बच्चों को 2 चम्मच
- 2 वर्ष से 5 वर्ष के बच्चों को 3 चम्मच
- 5 वर्ष से 10 वर्ष के बच्चों को 4 चम्मच
- 10 वर्ष के बड़ो को 5 चम्मच

(सुबह शाम खाली पेट या भोजन से एक घंटे पूर्व)

पित्त प्रधान (गर्म) प्रकृति के व्यक्तियों को खाली पेट गौमूत्र का सेवन नहीं करना चाहिए।

गौमूत्र सेवन प्रांरभ के 5-6 दिन तक दो से अधिक बार भी शौच के लिए जाना पड़ सकता हैं, जो बहुत ही लाभदायक हैं, फिर यह सामान्य हो जायेगा। यदि दस्त अधिक हों तो मात्रा आधी कर दें बाद में पूर्ण मात्रा ले सकते हैं।

गर्भवती महिलाओं को चिकित्सक की सलाह के बिन गौमूत्र नहीं लेना चाहिए।

❖ पाँचन संस्थान के रोग

1. अग्निमांद्य (भूख न लगना)
2. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत(विसक) कर छानकर पीयें।
3. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
4. भोजन के बाद छाछ या गौ तक्रारिष्ट या गौमूत्र हरड़े चूर्ण का सेवन करें।
5. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।

अपथ्य – तली चीजें, मैदा, मावा, मिठाई, गरिष्ठ आहार

पथ्य – अदरक + सेंधा नमक + नींबू का रस बनाकर तैयार रखें। प्रतिदिन भोजन के पूर्व या साथ सेवन करें। स्वादिष्ट चटनियाँ, पापड़, छौंकी हुई सब्जी।

विशेष – भूख बढ़ने के बाद भी कम से कम एक माह तक सेवन करें।

❖ अजीर्ण (अपच Indigestion)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत(विसक) कर छानकर पीयें।
2. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।

अपथ्य – तली चीजें, मैदा, मावा, मिठाई, गरिष्ठ आहार

पथ्य – उपवास करें, नींबू+सेंधा नमक गर्म पानी के साथ सेवन करें।

विशेष – भोजन के तुरन्त बाद एक गिलास गर्म पानी पीयें।

❖ अतिसार (दस्त, Diarrhea)

1. मामूली अतिसार में अल्प मात्रा में ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
2. गौमूत्र अर्क का सेवन करें, जिससे आँतों का अच्छी तरह शोधन हो जाए।
3. अधिक दस्त लगने पर 25 मिली गौमूत्र + 25 मिली दूध का सेवन करें।

   मामूली दस्त होने पर चावल में ताजा दही व सेंधा नमक डालकर लें। अधिक दस्त होने पर आधा लीटर पानी एक-एक मिनट में एक-एक चम्मच के माध्यम से लें।

धीरे-धीरे पानी की मात्रा बढ़ाते जायें। जब पानी पचने लगें, तब मूँग का पानी, मीठे फलों का रस आदि लें। ठोस आहार सबसे पहले मूँग चावल की खिचड़ी में दो चम्मच घी डालकर दें।

छाछ या गौ तक्रारिष्ट का सेवन करें।

अपथ्य – सामान्य भोजन, सामान्य पानी

पथ्य – हल्का भोजन, उबला हुआ पानी ठंड़ाकर पीयें। फलों का रस (अनार का रस अधिक गुणकारी)

विशेष – मामूली अतिसार से छोटी आँतों की सफाई व बढ़े हुए पित्त का शमन होता हैं।

❖ कब्ज (Constipation)

1. कब्ज की गंभीरता के अनुसार कुछ अधिक मात्रा में ऋतु , प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत(विसक) कर छानकर पीयें।
2. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. भोजन के बाद गौमूत्र हरड़े चूर्ण गर्म पानी से लें।
4. रात्रि को सोते समय गर्म दूध में त्रिफलादि घृत फेंटकर लें।

अपथ्य – आँतों में चिपकनेवाला आहार जैसे (आलू, चावल, मावे की मिठाई, केला, बेसन, मैदा और पाँचन शक्ति को क्षीण करने वाले आहार जैसे तली चीजें, चाय – कॉफी। पूरे दिन बैठे रहना।

पथ्य – रेशेयुक्त पदार्थ जैसे छिलके सहित खाये जाने वाले फल – सब्जी- दाल, चोकर युक्त आटा, दलिया, पपीता

विशेष –

1. गौमूत्र जितनी अधिक बार छानकर लेंगें उतना ही फायदा करेगा।
2. गाय के घी का प्रतिदिन 25 से 30 ग्राम की मात्रा में सेवन करने से आँतों में चिकनाई रहती हैं, जिससे मल आँतों में चिपक नहीं पाता तथा सरलता से मलत्याग होता हैं।

❖ आमाशय व्रण (Peptic Ulcer)

पेट में विदग्ध पित्त(एसिड़) इकट्ठा होने और उसकी तीक्ष्णता बढ़ा जाने से अल्सर(व्रण) हो जाते हैं।

1. गौमूत्र क्षारीय होने से एसिड़ का शामक हैं। मन को शांति प्रदान करता हैं, जिससे मनोवेगों की प्रखरता कम होती हैं। ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी का सेवन करें।
2. गाय के घी का अधिकाधिक सेवन करें। गाय का घी घाव पर मलहम का कार्य करता हैं, जिससे एसिड़ क घाव पर प्रभाव नहीं पड़ता और वह धीर-धीरे भर जात हैं। घी पित्त क भी शमन करता हैं।
3. दूध में घी डालकर पीयें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें, मावा, मैदा, बेसन, मिर्च, गरिष्ठ, भोजन

पथ्य – दूध, छाछ, मेथी, जामुन, परवल, कुलथी, शहद, पपीता गेहूँ, मिश्री युक्त जौ का सत्तू, सेंधा नमक।

विशेष – थोड़ा- थोड़ा खाये, 2-3 घंटे से खाये। अधिक देर तक पेट को खाली न रखें।

रात को सोते समय नाभि पर दो-तीन बूँद घी लगाकर अनामिक उंगली से मंथन करें।

❖ अम्लपित्त (खट्टी डकारें आना, Acidity)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े के आठ परत कर छानकर पीयें।
2. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. छाछ या गौतक्रासव या गौमूत्र हरड़े चूर्ण का सेवन करें।
4. दूध में घी डालकर पीयें। इससे पुराने से पुरानी एसिडिटी एक महीने में समूल नष्ट हो जाती हैं।

अपथ्य – फ्रिज की ठंड़ी चीजें, ठंडा दूध, मिर्च, तेल, खटाई, खमीर वाले आहार, मैदा, बेसन, मावे की मिठाई, चाय-कॉफी, भूखा रहना।

पथ्य- सुपाँचय भोजन

विशेष – 1. भोजन के तुरन्त बाद एक गिलास गर्म पानी पीयें।

2.रात को सोते समय नाभि पर दो-तीन बूँद घी लगाकर अनामिक उंगली से मंथन करें।

❖ पेट में कीड़े (Worms)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
2. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. गाय के दूध में शहद डालकर 15 दिन तक पीयें।
4. वायबिडंग आदि से बनी गौमूत्र कृमिनाशक वटी का सुबह शाम 15 दिन तक सेवन करें।
5. सुबह खाली पेट 3 दिन तक 10 ग्राम गुड़ खाकर आधे घंटे बाद 3 ग्राम अजवायन का चूर्ण खायें।
6. 10 ग्राम गुड़ व 5 ग्राम कच्ची हल्दी का सुबह खाली पेट 3 दिन तक सेवन करें।

अपथ्य – मिठाई, मैदा, बेसन, दूध, हरी सब्जियाँ

पथ्य – कड़वी, तीखी, कसैली चीजें, सभी मसाले हींग, हल्दी, मेथी, बिना बीज की लाल मिर्च।

❖ उदर रोग (पेट के रोग)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
2. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. प्रतिदिन छाछ या गौतक्रासव या गौ तक्रारिष्ट का सेवन करें।
4. गौमूत्र हरड़े चूर्ण का प्रयोग करें।

5. त्रिफलादि घृत का प्रयोग करें।
6. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी का एक गिलास रस निकालकर 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्ते + पौदीने के पत्ते घोटकर मिलायें। स्वाद के अनुसार अदरक व सेंधा नमक मिलाकर पीयें।

अपथ्य – तली चीजें, बेसन, मैदा, मिठाई, गरिष्ठ आहार, भोजन में अनियमितता, भोजन कर तुरन्त सोना, बाजार का खाना, फ्रिज की चीजें।

पथ्य – सुपाँचय आहार

विशेष – भोजन के तुरन्त बाद गर्म पानी पीयें।

❖ गैस

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
2. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. प्रतिदिन भोजन के साथ या बाद में गौमूत्र हरड़े चूर्ण का सेवन करें।
4. दूध में अदरक या सोंठ उबालकर घी डालकर पीयें।
5. गैस से पीड़ित अंग पर गौमय वातनाशक तेल लगाकर गर्म कपड़े से ढककर रखें।

अपथ्य – फ्रिज की ठंडी चीजें, आलू, प्याज, गोभी, मैदा, बेसन, बासी भोजन, खमीरवाली चीजें, भैंस का घी, रिफाइण्ड तेल, मैथुन।

पथ्य – घी, फिल्टर्ड तेल, मेथी, हींग, फल

विशेष – प्रतिदिन भोजन के तुरन्त बाद गर्म पानी का सेवन करें।

पंखे की तेज हवा से बचें।

❖ आँव (चिकना व चिपचिपा मल)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
2. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. प्रतिदिन भोजन के साथ या बाद में गौमूत्र हरड़े चूर्ण का सेवन करें।
4. प्रतिदिन छाछ + सेंधा नमक या गौतक्रारिष्ट या गौतक्रासव का सेवन करें।

अपथ्य – मिठाई, मैदा, बेसन, तली हुई चीजें, फ्रिज की ठंडी चीजें, खमीर वाले पदार्थ, बासी भोजन, दूध

पथ्य – नीबू, अदरक, मेथी हींग, जौ का सत्तू, जामुन परवल, कुलथी

विशेष – भोजन के पश्चात् गर्म पानी का सेवन करें।

❖ आन्त्र पुच्छ शोध / प्रदाह (Appendicitis)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
2. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. नाभि के दाहिनी ओर चार अंगुल पर गोबर को गौमूत्र से नरमकर उसकी पुल्टिस बाँध सेक करते रहें।
4. दर्द बंद होने के बाद छाछ में सेंधा नमक मिलाकर भोजन के साथ लें।

अपथ्य – सभी दालें, दूध, दही, आलू, चावल, केला, तली चीजें मना हैं। भूख लगने पर ही भोजन करें।

पथ्य – पपीता, हरी सब्जियाँ, सुपाँचय भोजन

विशेष – तुरन्त आराम हो जाने के बाद भी एक – दो मास गौमूत्र का सेवन करने से आन्त्र पुच्छ शोथ समूल नष्ट हो जाता हैं।

❖ अर्श (बवासीर Piles)

1. अधिकाधिक घी का सेवन करें।
2. केले के टुकड़े के बीच 1 ग्राम भीमसेनी कपूर रख उसे निगल लें। ऐसा 5-7 दिन तक करें।
3. विभिन्न गौशालाओं द्वारा निर्मित कासिसादि तेल आदि को बवासीर व गुदामार्ग में लगायें।

अपथ्य – पित्त बढ़ाने वाले आहार यथा गर्म मसाले, चाय, कॉफी, आलू, बैंगन, लहसुन, दही। अधिक बैठना, मैथुन ।

पथ्य – जमीकंद विशेष लाभ पहुँचाता हैं। गाय की छाछ, दलिया, सेंधा नमक, पपीता, लौकी, मिश्री, ब्रह्मचर्य।

विशेष –

1. गौमूत्र से गुदा को बार-बार धोयें।
2. व्यायाम – गुदा का 15-20 बार आंकुचन करें। यह व्यायाम दिन में 5-7 बार करें।
3. पैर के तलवों पर घी लगाकर कांसे के बर्तन से काला होने तक रगड़ें।
4. 2 ग्राम फिटकरी गर्म तवे पर फुलाकर गर्म पानी में डालकर टब पर बैठकर 15-20 मिनट स्थानीय सेंक दें।

❖ आँतो में चीरा (Fissure)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
2. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. आधिकाधिक गाय के घी का सेवन करें।
4. दूध में घी डालकर पीयें।

अपथ्य – आँतों में चिपकने पदार्थ जैसे – मैदा, बेसन, आटा, मिठाई, आलू आदि व पित्त बढ़ाने वाले पदार्थ जैसे – गर्म मसाले, मिर्च, बैंगन, लहसुन, चाय-कॉफी

पथ्य – दलिया, पपीता, मिश्री

विशेष – पैरों के तलवों पर घी लगाकर कांसे के बर्तन से काला होने तक रगड़ें।

❖ प्रवाहिका (Dysentery)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
2. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें। जिससे ऐंठन, मरोड़ व बार-बार का दस्त बंद हो जायेगा। जीवाणु नष्ट होकर मल बंध जायेगा।
3. प्रतिदिन छाछ या गौतक्रारिष्ट का सेवन करें।

अपथ्य – मीठा, लाल मिर्च, गर्म मसाले, दूध

पथ्य – चावल, दही, ज्वार, गेहूँ, दाल, सब्जियाँ

❖ भगन्दर (नासूर Fistula)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. दूध में घी डालकर पीयें।
3. भगन्दर को गौमूत्र से साफ करें जात्यादि घृत का प्रयोग करें।
4. प्रतिदिन गौमूत्र की बस्ति (एनिमा) लें।

अपथ्य – दूधा, दूध से बने पदार्थ, मीठे-खट्टे पदार्थ, आलू, चावल तेल, मिर्च, मसाले, सभी प्रकार की हरी सब्जियाँ

पथ्य – दाना मेथी की सब्जी, सुपाँचय भोजन, सब प्रकार की दालें, फल, पपीता, लौकी

❖ भस्मक (बहुत अधिक भूख लगना)

1. भस्मक रोग पित्त बढ़ने से होता हैं और गौमूत्र पित्त करता हैं, इसलिए अल्प मात्रा में शुरू कर धीरे-धीरे पूर्ण मात्रा तक ले जाना चाहिए।
2. गाय के घी का अधिकाधिक सेवन करना चाहिए।

अपथ्य – पित्त बढ़ाने वाले पदार्थ ना खाये।

पथ्य – जौ, नींबू+मिश्री का शर्बत, दूध

विशेष – पैरों के तलवे पर घी लगाकर कांसे के बर्तन से काला होने तक रगड़ें।

❖ यकृत वृद्धि

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. छाछ या गौतक्रारिष्ट या गौतक्रासव का प्रतिदिन सेवन करें।
3. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी

अपथ्य – खटाई, तेल या घी में तला हुआ, गर्म मसाले, चावल, दही, आलू दालें, गारिष्ठ आहार, मैथुन, तेज धूप, अग्नि के सामने न रहें।

पथ्य – दूध (फीका), हरी सब्जियाँ, परवल, सहेजना गेहूँ, पपीता, हल्का भोजन, ब्रह्मचर्य, टहलना, घूमना लाभकारी हैं। अन्न बिल्कुल त्यागकर गाय का दूध उबालकर पीते रहने से अति शीघ्र लाभ होता हैं।

विशेष – रोग नष्ट हो जाने पर भी कुछ मास गौमूत्र का सेवन करने से रक्त स्वस्थ होता हैं।

❖ मुख रोग(Oral Infection)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. मुख में चारों और पंचगव्य घृत लगाकर 15-20 मिनट रखें।
3. बार-बार गौमूत्र से कुल्ला करने से मुख में हुआ किसी भी प्रकार का संक्रमण नष्ट हो जाता हैं।
4. रात को सोते समय नाक में दो-दो बूँद गाय का घी डालें।

अपथ्य – मीठे – खट्टे पदार्थ, आलू, चना

पथ्य – सुपाँचय भोजन

❖ कंठ रोग

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. 2 दिन में तीन बार गौमूत्र को थोड़ा गर्म कर गरारे करें।

अपथ्य – मीठे-खट्टे आहार, दूध

पथ्य – पतला दलिया, दाल या सब्जी का सूप, सेंधा नमक, हल्का गर्मजल

विशेष – कंठ में अधिक कष्ट होने पर गोबर-गौमूत्र का गर्म लेप लगाकर चौड़े पत्ते से ढक मफलर से बाँधकर रखें।

❖ संग्रहणी

1. इस रोग में भोजन का पूर्ण पाँचन हुए बिना ही वह मल के साथ निकलने लगता हैं। जठराग्नि के विकृत होने से यह रोग होता हैं।
2. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. छाछ + सेंधा नमक या गौतक्रारिष्ट का प्रतिदिन सेवन करें।

अपथ्य – सभी मसाले, सब्जियाँ, दाले, तेल या घी की तली चीजें।

पथ्य – ज्वार की रोटी+छाछ, चावल या गेहूँ की थुली+दही

विशेष – इस रोग को ठीक होने में दो – तीन महीने का समय लगेगा, रोग के ठीक होने पर भी दो – तीन महीने गौमूत्र का सेवन करते रहें।

नाभि पर 2-3 बूँद घी लगाकर अनामिका उंगली से हल्का मंथन करें।

❖ तृषा (प्यास न मिटना)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें। जब तक दस्त साफ न आये, गौमूत्र की मात्रा बढ़ाते रहें। ताकि वायु की तीव्रता के कारण बढ़ रही प्यास नष्ट हो जाये। गौमूत्र में पर्याप्त मात्रा में विटामिन बी हैं, इसलिए तृप्ति होती हैं।
2. दूध के साथ घी लें। भोजन में भी अच्छी मात्रा में घी का सेवन करें।

अपथ्य – रूखा आहार, तली हुई चीजें, बर्फ का पानी

पथ्य – दूध, घी, मिश्री मिला आहार

❖ दन्त रोग (Dental Diseases)

1. दन्त रोगों का सबंधं आँत के रोगों से हैं। आँत में असेन्द्रिय पदार्थ इकट्ठा रहने से दन्त रोग होते हैं। आम का शोधन करना, आँत साफ रखना व दूषित पदार्थ के संग्रह को निकालना चिकित्सा हैं।
2. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. दूध – घी का सेवन करें।
4. गोबर के कोयले से बने गौमय दन्त मंजन से दिन में तीन बार दाँत साफ करें।
5. गौमूत्र से दिन में 4-5 बार कुल्ला करें।

अपथ्य – मीठे पदार्थ, खट्टे पदार्थ

पथ्य – घी, तेल, दालें, सभी मसाले, लौंक

विशेष – सरसों या तिल का तेल मुँह में भर 5-10 मिनट तक कुल्ला करें।

❖ वमन (उल्टी Vomiting)

1. वमन का मूल कारण, आम विष या असेन्द्रिय पदार्थ का बन जाना हैं। प्रकृति उसे निकालती हैं। दस्त आ जाने से वमन का वेग समाप्त हो जाता हैं।
2. थोड़ी-थोड़ी मात्रा में ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
3. गौमूत्र अर्क का सेवन करें।
4. पानी में लौंक डालकर उबालकर पिलायें।
5. दूध में समान मात्रा में पानी मिलाकर उबालकर ठंड़ा करके शहद मिलाकर पिलायें।

अपथ्य – सभी प्रकार के अन्न, तली चीजें

पथ्य – नींबू + सेंधा नमक + काला नमक चूसना। अजवायन, अनार, मौसन्बी, सौंफ, मुनक्का, आँवला।

❖ आधमान (अफारा)

1. गौमूत्र हरड़े चूर्ण को गर्म पानी के साथ लें।
2. पेट पर गौमय वातनाशक तेल लगायें।
3. गौतक्रासव का सेवन करें।

अपथ्य - समस्त अन्न, दही, चावल

पथ्य – गर्म पानी में नींबू निचोड़कर पिलाना, सेंधा नमक।

❖ हिचकी (Hiccough)

हिचकी अधिक आती हो, तो उसका एक ही उपाय है, घी पीयें और उसके ऊपर गर्म पानी पीयें या गर्म दूध में घी डालकर पीयें।

❖ सिरोसिस ऑफ द लीवर

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. छाछ या गौतक्रारिष्ट का सेवन करें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें, गर्म मसालें, आलू, बैंगन

पथ्य – परवल, सहेजना

विशेष – यह उपचार लगातार छः महीने तक करें।

❖ हेपेटायटिस बी

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौंकी का एक गिलास रस निकाल 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्तें + 5 पौदीने के पत्ते घोंटकर मिलायें।
3. 31 पत्ती श्यामा तुलसी का रस एवं उतना ही शहद मिलाक सेवन करें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें।

पथ्य – गेहूँ के ज्वारे, मूली, नारियल, पपीता, अनार।

❖ टांसिल्स

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. 1 ग्राम फिटकरी (गर्म तवे पर फूली हुई) एक गिलास गुनगुने पानी में डालकर गरारे करें।
3. नाक में गाय के घी की दो-दो बूँदे डालें।

अपथ्य – खट्टा, तला, फ्रिज का ठंडा, मिर्च, मसाले।

पथ्य – घी का हलवा, दलिया, चावल, जौ का पानी, मूँग, सहेजना, करेला।

श्वसन संस्थान के रोग

❖ खाँसी

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्रासव का प्रतिदिन सेवन करें।
2. गौमूत्र में सेंधा नमक मिलाकर थोड़ा गर्म कर गरारे करें।
3. दूध में हल्दी उबालकर लें।
4. खाँसी पुरानी हो तो गर्म दूध में घी डालकर पीयें। नई खाँसी में घी वर्जित हैं।

अपथ्य – खट्टा, तली चीजें, दही, केला, ठंड़ा पानी, चावल, आलू

पथ्य – गेहूँ, हरी सब्जियाँ, सुपाँचय भोजन, गर्म पानी, तुलसी, काली मिर्च

विशेष – 1. गौमय धूप की भस्म को शहद के साथ दिन में 3-4 बार चाटे।

❖ सर्दी – जुकाम

1. गौमूत्र / गौमूत्रासव का प्रतिदिन सेवन करें।

2. नाक से गौमूत्र खीचें, तीव्र जलन होगी, लेकिन नासा गुहा का संक्रमण नष्ट हो जायेगा और श्लेष्मा बाहर निकलकर तुरन्त आराम मिलेगा।
3. नाक में घी डालें। (गौमूत्र खीचतें हैं तो उसके आधे घंटे बाद)
4. गौमूत्र में सेंधा नमक मिलाकर थोड़ा गर्म कर गरारे करें।
5. गोमय दंतमंजन करें। सुबह दंतमंजन करते समय उंगलियों से जीभ को रगड़े, ऐसा करते समय वमन हो जाए तो भी अच्छा ही हैं क्योंकि इससे नासा गुहा से लेकर पेट तक जमा कफ बाहर निकल जायेगा।
6. दूध में पानी + तुलसी + हल्दी + अदरक + दालचीनी को डालकर काढ़ा बनाकर पीयें।

अपथ्य – खट्टा, तली चीजें, दही, केला, ठंड़ा पानी, चावल, आलू

पथ्य – गेहूँ, हरी सब्जियाँ, सुपाँचय भोजन, गर्म पानी, खजूर, कुम्हड़ा।

विशेष – शारीरिक श्रम की कमी के कारण पसीना नहीं निकलता, जिससे सर्दी – जुकाम के माध्यम से शरीर की गंदगी निकलती हैं। शारीरिक परिश्रम कर पसीना निकालते रहने से सर्दी जुकाम नहीं होता हैं।

बुखार के साथ जुकाम के कारण नाक बंद व तेज सिर दर्द हो तो ललाट पर अंगराग चूर्ण का मोटा लेप लगायें – दो मिनट में नाक खुल जायेगी, 10 मिनट में सिरदर्द गायब हो जायेगा, और घंटे भर में बुखार की तीव्रता कम हो जायेगी।

❖ सायनस

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. प्रतिदिन नाक में घी डालें।
3. सुबह नाक से ताजा गौमूत्र खीचें।

अपथ्य – अचार, इमली आदि तेज खटाई। तली चीजें, आलू केला, दही पथ्यः मेथी, चना, लौकी, अनार।

विशेष – सर्दी – जुकाम न होने दें।

❖ दमा (Asthma)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्रासव का सेवन करें।
2. 100 ग्राम कच्चे जमीकंद को 50 ग्राम पुराने देशी गुड़ के साथ कूटकर प्रतिदिन सुबह सेवन करें।
3. नाक में घी डालें। इससे एलर्जी से होनेवाला दमें का आक्रमण नहीं होगा।

अपथ्य – फ्रिज की ठंडी-चीजें, तली चीजे, अधिक घी, दूध, दूध से बने पदार्थ दही, कच्ची छाछ उड़द की दाल, दिन में सोना, तेज हवा, गुड़-शक्कर वाले पदार्थ, मैथुन।

पथ्य – रूखे अन्न, चना, गेहूँ, ज्वार, पत्तीवाली सब्जियाँ, कुम्हड़ा, मुनक्का, दालें, लौंग, इलाइची, खजूर, तुलसी, काली मिर्च, सोंठ, सात्विक विचार।

विशेष –

1. हमेशा भोजन के बाद गर्म पानी पीयें।
2. कम से कम छः मास तक गौमूत्र का सेवन करें।

क्षय रोग (टी. बी. Tuberculosis)

क्षय रोग अधिकतः भय, शोक, क्रोध, काम विचार जैसे मनोविकार के कारण होता हैं। पंचगव्य सात्विक होने कारण उससे शरीर के साथ – साथ मन भी स्वस्थ होता हैं।

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. गाये के दूध में 1-1 चम्मच पंचगव्य घृत डालकर दिन में तीन बार लें।
3. नाक में भी पंचगव्य घृत की दो-दो बूँदें डालें।
4. प्रतिदिन आधा ग्राम फूली हुई फिटकरी (गर्म तवे पर फुलाएँ) आधा ग्राम मिश्री के साथ सेवन करें।
5. कच्चे लहसुन की कली का सेवन करें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें, हींग, गर्म मसाले, दही, मावे की मिठाईयाँ, श्रम, चिंता, क्रोध, मैथुन।
पथ्य – गाय का दूध, शहद, पपीता, सुपाँचय भोजन, हरी सब्जियाँ, मुनक्का, फल, ब्रह्मचर्य (भगवान का स्मरण, सात्विक विचार)
विशेष – गौशाला में सोने से और उसके गोबर – गौमूत्र की गंध फेफड़ों में पहुँचने से क्षय रोग के बैक्टीरिया से बहुत जल्दी मुक्ति मिलती हैं। नित्य खाली पेट गौमाता को बड़े श्रद्धा भाव से सींग से पूँछ तक सहलाना चाहिए, (थकान महसूस न हो तो 15-20 मिनट तक) इससे रोगी को रोग से लड़ने की शक्ति मिलती हैं। मन सात्विक हो जाता हैं।

❖ उरस्तोय (प्लूरिसी Pleurisy)

फेफड़ों की झिल्ली में पानी भरने से यह रोग होता हैं। गौमूत्र स्वेदल (पसीना निकालने वाला) हैं, गौमूत्र से पसीने व मूत्र के मार्ग से जल निकल जाता हैं, जिससे फेफड़े रूक्ष होकर स्वस्थ हो जाते हैं। अन्य कोई संक्रमण हो तो वह भी नष्ट हो जाता हैं।

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

अपथ्य – ठंडी हवा, नम हवा, फ्रिज की चीजें, चावल, घी, तेल, दही, ठंडे फल
पथ्य – दूध – शहद, मूंग, चना, गेहूँ, गर्म पानी।

❖ निमोनिया

2. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. नाक में दो-दो बूँद गाय का घी डालें।
4. पैर के तलवों पर सरसो के तेल की मालिश करें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें, ठंड़ी चीजे।

पथ्य – चोकर, लौंक, तुलसी + काली मिर्च, सौंठ, खजूर।

रक्त संस्थान के रोग

❖ उच्च रक्त चाप

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. रात को सोते समय नाक में घी डालें। साथ ही नाभि पर भी दो बूँद घी लगाकर अनामिका उंगली से पाँच बार उल्टा-सुल्टा मन्थन करें।
3. साबुन की बजाय अंगराग चूर्ण या अंगराग बट्टी से स्नान करें।
4. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी का एक गिलास रस निकाल 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्ते + पौदीने के पत्ते घोंटकर मिलायें। स्वाद के अनुसार अदरक व सेंधा नमक मिलाकर पीयें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें, नमक, रिफाइन्ड तेल, आलू, कड़ा उपवास, रात्रि में भोजन।

पथ्य – दूध, छाछ, आंवला, संतरा, लहसुन, घी, तवे पर भूनकर भूरा बनाया नमक, सेंधा नमक, हरी पत्ते वाली सब्जियाँ।

विशेष – उपचार 1,2,3 लगातार छः महीने तक करने से रक्तचाप सामान्य हो जाता हैं।

❖ रक्ताल्पता (खून की कमी, Anaemia)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. दूध को लोहे की कढ़ाई में औटाकर (मंद आँच पर काफी देर तक गर्म कर) पीयें। इसमें सर्दी में छुहारे और गर्मी में मुनक्के डालकर औटायें।
3. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी का एक गिलास रस निकाल 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्ते + पौदीने के पत्ते घोंटकर मिलाये। स्वाद के अनुसार अदरक व सेंधा नमक मिलाकर पीयें।
4. अनार के दानों को लोहे के इमाम दस्ते में कूटकर या लोहे की कढ़ाई में कुचलकर रात्रि में उसी में ढक कर रख दें। सुबह उसे पतले कपड़े से छानकर उसका रस पीयें।

अपथ्य – खटाई, आलू, रिफाइन्ड तेल, लाल मिर्च, फ्रिज की चीजें।

पथ्य – पालक, मेथी के पत्ते, बथुआ, खजूर, अंजीर, मुनक्का, गन्ना, काला गुड़, बाजरा, चना।

❖ कोलेस्टॉल (Cholesterol)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. छाछ में एक चम्मच मीठे नीम की पत्ती (कड़ी पत्ता) की चटनी डालकर उसका सेवन करें।
3. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी एक गिलास रस निकाल 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्ते + पौदीने के पत्ते घोंटकर मिलायें। स्वाद के अनुसार अदरक व सेंधा नमक मिलाकर पीयें।
4. घाणी के तेल का सेवन करें।

अपथ्य – रिफाइन्ड तेल, गाय के घी के अलावा अन्य सभी घी

पथ्य – लहसुन, गेहूँ के ज्वारे, साग-सब्जी, फल, सलाद, फिलटर्ड तेल, बिना बीज की लाल मिर्च।

विशेष – दो प्रकार के कोलेस्ट्रॉल होते हैं। अच्छा कोलेस्ट्रॉल और खराब कोलेस्ट्रॉल

अच्छे कोलेस्ट्रॉल से मस्तिष्क स्वस्थ रहता हैं। शरीर की नसों, जोड़ों में लचीलापन रहता हैं। खराब कोलेस्ट्रॉल रक्तवाहिनियों में जमकर रुकावट पैदा करता हैं।

गाय का घी कोलेस्ट्रॉल को बढ़ाता हैं। घाणी का तेल (तिल मूँगफली और सरसों का तेल) खराब कोलेस्ट्रॉल को कम करता हैं। सोयाबीन, सूर्यमूखी, पाम तेल दोनों प्रकार के कोलेस्ट्रॉल को कम कर शरीर को नुकसान पहुँचाते हैं।

❖ रक्त विकार (Blood Infection)

1. अधिक मात्रा में ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. दूध में हल्दी उबालकर घी डालकर पीयें।
3. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी का एक गिलास रस निकाल 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्ते + पौदीने के पत्ते घोंटकर मिलायें। स्वाद के अनुसार अदरक व सेंधा नमक मिलाकर पीयें।
4. नीम + तुलसी का सेवन करें।
5. चिरायते को उबालकर पीयें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें, गर्म मसालें, खमीर वाले आहार, फ्रिज की चीजें

पथ्य – लहसुन, करेला, दूध, कुलथी, शहद।

❖ ज्ञानेन्द्रियों के रोग

नाक के रोगों का श्वसन संस्थान के रोगों में वर्णन आ चुका हैं।

❖ आँख आना

1. आँख आने पर एकदम ताजा गोबर (जो जमीन पर 15-20 मिनट से अधिक न पड़ा हो) बंद आँख पर रखकर हल्की पट्टी बाँधकर लेट जायें। तीन घंटे में आँखें ठीक हो जायेगी। रात को सोते समय लगायें और रात भर रहने दें तो सुबह तक लाली भी मिट जायेगी।

2. आँख को बार-बार गौमूत्र से धोयें।
3. आँख में कच्चे दूध की बूँदें टपकायें और उस पर दूध में भीगा रूई का फाहा रख दें।
4. नामक में घी डालें।

अपथ्य – खटाई, टी.वी., कम्प्यूटर, लेटकर पढ़ना।
पथ्य – सिर में तेल की मालिश
विशेष – तकलीफ तुरन्त ठीक होने पर भी कम से कम 15 दिन उपरोक्त उपचार करें।

❖ कमजोर दृष्टि

1. रात को सोते समय नाक में दो-दो बूँद घी डालें।
2. प्रतिदिन दोनों समय त्रिफलादि घृत का सेवन करें।
3. रात को सोते समय पैर के तलवों पर घी लगाकर काँसे के बर्तन से तब तक रगड़े, जब तक तलवे काले न हो जायें।
4. दिन में तीन बार दो – दो बूँद गौमूत्र की डालें, साथ ही शहद नींबू, गुलाब जल आदि की बूँद भी डालें।
5. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
6. प्रतिदिन छाछ या गौ तक्रारिष्ट या गौ तक्रासव का सेवन करें।
7. दूध में मुनक्का या काली मिर्च औटाकर पीयें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें, मैदा, बेसन, गर्म मसाले, टी.वी., कम्प्यूटर, देर तक जागना, सूर्योदय के बाद उठना।
पथ्य – पालक, गाजर, आँवल, हरा धनिया, बादाम (भिगाकर घिस कर लेने पर ही उपयोगी), सुबह-सुबह हरी घास पर नंगे पैर चलना।
विशेष – 1. कब्ज न होने दें।
2.चश्मा उतरने के बाद भी तीन महीने तक उपरोक्त उपचार करें।

❖ रतौंधी (रात को न दिखना)

यह बीमारी विटामिन 'ए' की कमी से होती हैं। विटामिन 'ए' चिकनाई में घुलकर ही आँखों तक पहुँचता हैं। चिकनाई की कमी से विटामिन 'ए' का शोषण नहीं हो पाता। घी में खुद में ही विटामिन 'ए' होता हैं, अतः इस बीमारी में घी का विशेष रूप से सेवन करना चाहिए।

कमजोर दृष्टि के लिए किये जाने वाले सभी उपाय इसमें करने चाहिए।

नोट – विटामिन 'ए' का सीधे कैप्सूल रूप में सेवन के कई दुष्परिणाम हो सकते हैं।

❖ मोतियाबिंद (Cataract)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. रात को सोते समय नाक में दो – दो बूँद घी डालें।

3. त्रिफलादि घृत का सुबह- शाम सेवन करें।
4. गौमूत्र को तांबे के पात्र में उबालकर ठंड़ाकर छान लें। प्रतिदिन 4 बार इसकी दो – दो बूँदें डालें।
5. शहद की एक – एक बूँद आँख में डालें।
6. सफेद प्याज के रस की एक – एक बूँद आँख में डालें।
7. गुलाब जल की दो – दो बूँदें आँख में डालें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें, धूप, गर्म मसालें, क्रोध, शोक।

पथ्य – गाजर, आँवला, शहद, जौ, करेला, पपीता, बादाम (भिगाकर घिस कर लेने पर ही उपयोगी)

विशेष – उपरोक्त उपचार से तीन महीने में मोतियाबिंद कट जायेगा और चश्मा लगा हो तो उसके नंबर भी कम हो जायेंगे।

प्रतिदिन छाछ पीने वालों को मोतियाबिंद ही नहीं होता।

❖ आँख से पानी बहना

1. आँख से एक वाहिनी निकलकर नाक में जाती हैं उसमें अवरोध होने पर आँख को नम रखनेवाला पानी बाहर टपकने लगता हैं।
2. मोतियाबिंद वाले उपचार करें।
3. सुबह गौमय दंतमंजन करे, उंगलियों से जीभ को रगड़ें इससे न केवल जीभ और कंठ ही साफ होगा बल्कि नाक, आँख, कान आदि की वाहिनियाँ भी साफ हो जाती हैं।

❖ कान बहना

1. नाक में गाय का घी डालें।
2. दूध में हल्दी उबालकर घी डालकर पीयें।
3. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
4. गौमूत्र से गरारे करें।
5. मुँह खोलकर कान में गौमय तेल की 2-4 बूँदें डालें।
6. गौमय तेल बनाने की विधि – तिल के तेल में गोबर का रस डालकर मंद आँच पर पकायें, जब केवल तेल ही बचे, तब छानकर शीशी में भर लें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें, गुड़, मिर्च, गर्म मसाले, तेज हवा, दही छाछ।

❖ कान का दर्द

1. कान का दर्द लंबे समय से हो तो ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. नाक में गाय का घी डालें।
3. मुँह खोलकर कान में सरसों या तिल के तेल की दो-चार बूँदे डालें।
4. कान के बाहर वातनाशक तेल लगायें।
5. कान को ढककर रखें और पंखे आदि की तेज हवा से बचें।

अपथ्य – गैस करने वाले आहार जैसे आलू, गोभी, प्याज, फ्रिज की चीजें, बासी भोजन, मैदा, बेसन।

पथ्य – लहसुन

❖ ऊँचा सुनना (कम सुनना)

1. नाक में गाय का घी डालें
2. मुँह खोलकर कान में गौमय तेल की दो-चार बूँदें डालें।
3. पंखे आदि की तेज हवा से बचें।

❖ तुतलाना

1. प्रायः तुतलना उम्र बढ़ने के साथ-साथ ठीक हो जाता हैं।
2. यदि मस्तिष्क की कमजोरी के कारण तुतलाना होता हैं तो ब्रह्मी घृत को नाक में डालें तथ सुबह – शाम गर्म दूध में डालकर पीयें।
3. वाकेन्द्रिय (जीभ) की कमजोरी के कारण तुतलाना होता हैं तो सामान्य गाय का घी नाक में डाले और सुबह-शाम गर्म दूध में डालकर पीयें।
4. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
5. सुबह गौमय दंतमंजन करें इससे न केवल जीभ कंठ ही साफ होगा बल्कि नाक, आँख, कान आदि की वाहिनियाँ भी साफ हो जाती हैं।
6. दिन में 4-5 बार जीभ पर काली मिर्च रखकर चूसना।

अपथ्य – चाँकलेट, सुपारी, अधिक मीठा

पथ्य – लौंक, आँवला, बादाम

विशेष – बच्चे से तुतलाकर बात न करें, ताकि वह सही उच्चारण सुने और सही उच्चारण करने का प्रयत्न करें।

❖ हकलाना (Stammer)

1. तुतलाने वाले उपचार करें।

अपथ्य – भय, जल्दबाजी, क्रोध

विशेष –

2. गाने का अधिक से अधिक अभ्यास करें।
3. ठहाका मारकर हँसे।

❖ सूखी खुजली

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. गौमूत्र और तिल के तेल की बस्ति (एनिमा) लें।
3. घी का अधिकाधिक सेवन करें, रात को सोते समय दूध में घी डालकर पीयें।
4. नाक में घी डालें।
5. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।
6. सरसों या तिल के तेल की पूरे शरीर पर मालिश करें।
7. ताजे गोबर से स्नान करें या अंगराग चूर्ण + कच्चा दूध या दही से स्नान करें। इन्हें 15-20 मिनट शरीर पर लगा रहने दें। साबुन का प्रयोग बिल्कुल ना करें।

अपथ्य – फ्रिज की चीजें, तेज खटाई, आलू, गोभी, प्याज, बासी भोजन, मैदा, बेसन, कच्चा नमक, रूखा चीजें। पंखे की तेज हवा, पाउडर।

पथ्य – स्निग्ध आहार, मीठा, तुलसी + शहद, लहसुन, करेला, नारियल, नींबू।

❖ गीली खुलजी (दाद, एक्जिमा)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. ताजे गोबर में गौमूत्र मिलाकर साबुन की जगह लगायें या अंगराग चूर्ण या अंगराग बट्टी से स्नान करें। साबुन का प्रयोग बिल्कुल ना करें।
3. जहाँ गीली खुजली हो वहाँ गौमय दादनाशक बट्टी या गौमय मलहम का प्रयोग करें।
4. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।
5. श्रम या व्यायाम कर शरीर से पसीना निकाले।
6. खादी के कपड़े व ढीले कपड़े सभी चर्म रोगों में बहुत लाभ पहुँचाते हैं।

अपथ्य – खटाई, तेल, मिर्च, गुड़, आलू, बैंगन, चाय-कॉफी, मावा, कॉस्मेटिक क्रीम, गीले चड्डी-बनियान, तंग कपड़े, जिन्स।

पथ्य – भूना हुआ चना, जौ का सत्तू, घी

❖ पुराना घाव

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. घाव को गौमूत्र से धोयें।
3. घाव पर जात्यादि घृत लगायें।
4. साबुन का प्रयोग ना करें।
5. दूध में हल्दी उबालकर घी डालकर पीयें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें, गुड़, अधिक मीठा, खमीर वाली चीजें, आलू, प्याज, दही छाछ।

पथ्य – सुपाँचय एवं सादा भोजन, घी।

❖ फोड़े – फुन्सी

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. फोड़े पर ताजा गोबर बाँध दें। फोड़े को शीघ्र पकाकर पूरा मवाद खींच लेगा।
3. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।

अपथ्य – खटाई, दही, छाछ, तली चीजें, मिर्च, गुड़, आम

❖ त्वचा का कटना या छिलना

1. गौमय धूप की राख को कटी हुई त्वचा पर लगायें। घाव शीघ्र भरेगा।
2. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. दूध में हल्दी उबालकर घी डालकर पीयें।

अपथ्य – साबुन, खटाई, खमीरवाली चीजें।

विशेष – त्वचा के कटते ही तुरन्त गर्म पानी पीयें।

❖ त्वचा का फटना

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. दूध में घी डालकर पीयें। घी का प्रयोग अधिक करें।
3. नाक में घी डालें।
4. केवल जहाँ त्वचा फटी हैं वहाँ ही नही बल्कि पूरे शरीर पर तिल या सरसों का (गर्मियों में नारियल का) तेल लगायें, हल्की मालिश करें।
5. साबुन का प्रयोग ना करें। अंगराग चूर्ण + कच्चा दूध या दही से स्नान करें।

अपथ्य – रूखा आहार, बासी भोजन, आलू, प्याज।

पथ्य – आँवला, नींबू, शहद

विशेष – त्वचा का फटना, वात को बढ़ने के कारण होता हैं, अतः केवल फटी हुई जगह का उपचार न करे, पूरे शरीर का उपचार करना चाहिए।

❖ त्वचा की एलर्जी

1. त्वचा को पूरा पोषण न मिलने से या त्वचा के किसी विजातीय तत्व के संपर्क में रहने से उसमें किसी विशेष चीज (धूप, धूल, हवा, पानी) के प्रति विकर्षण (एलर्जी) पैदा हो जाती हैं।
2. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. दूध में हल्दी उबालकर घी डालकर पीयें।
4. ताजे गोबर से या अंगराग चूर्ण या अंगराग बट्टी से स्नान करें। साबुन का प्रयोग बिल्कुल ना करें।
5. तेज पंखे की हवा से पसीने को न रोकें।
6. सुबह की धूप का सेवन करें।

अपथ्य – तेज खटाई, तली चीजें, कच्चा नमक

पथ्य – नींबू, तुलसी + शहद, आँवला, पपीता, करेला, नीम

विशेष – त्वचा की एलर्जी किसी भीतरी बीमारी का संकेत हो सकते हैं। अतः भीतरी बीमारी पर भी ध्यान दें।

❖ सिर में रूसी (Dandruff)

1. नाक में घी डालनें से 40-45 दिन में रूसी बनना बंद हो जाता हैं।
2. छोटे बाल हो तो अंगराग चूर्ण + खट्टी छाछ सिर पर कुछ देर लगाकर धोयें।
3. बाल बड़े हों तो गौमूत्र या गौमूत्र में अरीठा, शिकाकाई, आँवला उबालकर उससे बाल धोयें।
4. केवल सिर ही नहीं पूरे शरीर की तेल मालिश करें।

अपथ्य – सिर में साबुन लगाना, रूखा भोजन, आलू, प्याज

पथ्य – दूध, दही, छाछ, घी।

❖ श्वेत कुष्ठ (सफेद दाग Leucodeerma)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. दूध में घी डालकर पीयें।
3. साबुन का प्रयोग न करें। गोबर या अंगराग चूर्ण और दूध के उबटन से स्नान करें।
4. विभिन्न गौशालाओं द्वारा निर्मित श्वित्र हर टिकिया लगायें और श्वित्र नाशक वटी का सेवन करें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें, गर्म मसालें।

पथ्य – काले तिल, काला चना, नारियल, गाजर

❖ मूत्र संस्थान के रोग

वृक्क विकार

(गुर्दे के रोग)

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या पुनर्नवादि अर्क और पुनर्नवादि वटी का सेवन करें।
2. अंगराग से स्नान करें।
3. वृक्क के सभी रोगों में शरीर से खूब पसीना निकलने दें, जिससे रक्त साफ होता रहे और गुर्दो पर जोर ना पड़े।
4. पैरों के तलवों पर घी लगाकर काँसे के बर्तन से तब तक रगड जब तक तलवे काले न हो जाए।
5. नाक में घी डालें। नाभि पर घी लगाकर अनामिका उंगली से उल्टा-सीधा मंथन करें।
6. गाय का दूध समान मात्रा में पानी मिलाकर उबाले। ठंड़ा कर मिश्री मिलाकर जौ के दलिये के साथ लें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें, फ्रिज की चीजें, टमाटर, आलू, चावल, दही, केला, उड़द की दाल, कच्चा नमक, चावल, पंखे की तेज हवा।

पथ्य – जौ का सत्तू, जौ का पानी, नारियल, खजूर

विशेष – गुर्दे के रोगों पर गौमूत्र परम औषधि सिद्ध हुई हैं।

❖ पथरी (Kidney Stone)

1. होम्योपैथिक और आयुर्वेदिक औषधियों के साथ गौमूत्र पथरी को खत्म करने में बड़ा प्रभावी सिद्ध हुआ हैं।
2. 1 दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
3. पुनर्नवादि अर्क और पुनर्नवादि वटी का सेवन करें।
4. खूब पानी पीयें।

अपथ्य – खटाई, अधिक बीज वाले फल-सब्जी जैसे टमाटर, चावल, अमरूद, भिंडी, बैंगन, पत्तेवाली सब्जियाँ पालक।

❖ बहुमूत्र (अधिक पेशाब होना)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या पुनर्नवादि अर्क और पुनर्नवादि वटी का सेवन करें।
2. दूध में घी डालकर पीयें।
3. प्रतिदिन दो चम्मच काले तिल चबा-चबाकर खायें।
4. पंखे की तेज हवा से बचे।
5. प्रतिदिन छिलके सहित

6. मेथी भीगाकर सुबह उसका सेवन करें।

अपथ्य – रात को देर से भोजन करना, गैस करने वाली चीजें, जैसे आलू, नये चावल, प्याज, मैदा, फ्रिज की चीजें, रिफाइण्ड तेल खटाई, अधिक मीठा।

पथ्य – घाणी का तेल (न मिले तो फिल्टर्ड तेल), शाम के भोजन में तरल पदार्थ अधिक ना लें। ब्रह्मचर्य का पालन।

विशेष – जो बच्चे रात्रि में बिस्तर पर पेशाब करते हों, उन्हें भी यही उपचार दें।

बहुमूत्र मधुमेह का एक प्रमुख लक्षण हैं यदि मधुमेह हो तो मधुमेह का उपचार करें।

❖ मूत्र वाहिनियों में व्रण

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। पुनर्नवादि अर्क और पुनर्नवादि वटी का सेवन करें।
2. गाय के दूध में समान मात्रा में पानी डालकर उबालें। मिश्री मिलाकर जौ की रोटी या चावल के साथ लें।
3. दूध में गाय का घी लें।

अपथ्य – मीठे पदार्थ, गरिष्ठ पदर्थ, दिन में सोना।

पथ्य – शहद, पपीता।

विशेष – मूत्र संस्थान में किसी भी प्रकार का व्रण या संक्रमण हो तो उसमें गौमूत्र अत्यन्त लाभकारी हैं।

❖ मूत्र कृच्छ/मूत्राघात (मूत्र रूक-रूककर होना या न होना)

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
2. पुनर्नवादि अर्क और पुनर्नवादि वटी का सेवन करें।
3. गाय के दूध में समान मात्रा में पानी मिलाकर उबालें। मिश्री मिलाकर जौ की रोटी(दलिया) या चावल के साथ लें।

अपथ्य – पित्त बढानेवाले पदार्थ जैसे – तली चीजें, गर्म मसालें, आलू, बैंगन, लहसुन, खटाई, फ्रिज की चीजें।

पथ्य – पपीता

विशेष – शरीर से पसीना निकलता हो तो उसे तेज पंखा चलाकर रोके नहीं।

❖ यौन समस्याएँ (Sex Problems)

स्वप्नदोष / शीघ्र पतन / प्रमेह

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
2. मेदोहर अर्क (केसर युक्त गौमूत्र अर्क) और गौमूत्र हरितकी वटी का सेवन करें।
3. दूध में हल्दी उबालकर और घी डालकर पीयें।
4. छाछ या तक्रारिष्ट या तक्रासव का सेवन करें।
5. पैर के तलवों पर घी लगाकर काँसे के बर्तन से तब तक रगड़े जब तक तलवे काले न हो जाये।

अपथ्य – अश्लील विचार, ग्लानि, गर्म मसाले, तली चीजें, खटाई, गैस करने वाली चीजें जैसे – फ्रिज की चीजें, आलू, प्याज, मैदा, खमीरवाली चीजें, रात्रि को देरी से भोजन करना, चाय – कॉफी, लहसुन/किसी भी प्रकार का व्यसन, अधिक स्त्री-संग।

पथ्य – सत्संग, अच्छे विचार, उड़द, तिल, भिण्डी, सिंघाड़ा, खोपरा।

विशेष –

1. कभी भी कब्ज न होने दें।
2. सोने से पूर्व हाथ पैर धोकर बिस्तर पर जायें।
3. रात को सोने से पूर्व टी.वी न देंखे, फालतू पुस्तकें न पढ़े। ईश्वर का या अपने जीवन के लक्ष्य का चिंतन कर शांत मन से सोंये।
4. वीर्य के नाश से उतनी शक्ति नष्ट नहीं होती जितनी कामुक विचारों से। अतः विचार हमेशा श्रेष्ठ करें।
5. विवाह के प्रारम्भिक दिनों में अधिक उत्तेजना के कारण शीघ्रपतन होना स्वाभाविक हैं। अतः चिंता नहीं करनी चाहिए।

❖ नपुंसकता (संभोग से असमर्थता)

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
2. पुनर्नवादि अर्क और पुनर्नवादि वटी का सेवन करें।
3. बादाम (भीगाकर दूध में घिसकर), केसर छुहारा, (खजूर) दूध में औटाकर घी डालकर पीयें।

अपथ्य – अश्लील विचार, ग्लानि, गर्म मसाले, तली चीजें, खटाई, गैस करने वाली चीजें जैसे – फ्रिज की चीजें, आलू, प्याज, मैदा, खमीरवाली चीजें, रात्रि को देरी से भोजन करना, चाय – कॉफी, लहसुन/किसी भी प्रकार का व्यसन, अधिक स्त्री-संग।

पथ्य – पूरे शरीर पर तेल की मालिश करें। व्यायाम करें।

विशेष –

1. कामुक विचारों से शक्ति नष्ट होने से संभोग की शक्ति क्षीण हो जाती हैं। अतः कामुक विचारों से बचे।

2. संभोग के बाद उपरोक्त गर्म दूध का सेवन करने से शक्ति क्षीण नहीं होती।
3. संभोग के बाद पानी कभी ना पीयें।
4. कब्ज न होने दें।
5. तनाव, चिंता, भय, क्रोध, आदि के साथ संभोग में प्रवृत्त न हों।

❖ यौन रोग (Sexual Diseases)

1. सभी प्रकार के यौन रोगों में निम्नलिखित उपचार करें।
2. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें।
3. मेदोहर अर्क (केसर युक्त गौमूत्र अर्क) और गौमूत्र हरितकी वटी का सेवन करें।
4. गाय के दूध में घी डालकर पीयें।

अपथ्य – अश्लील विचार, किसी भी प्रकार का, व्यसन, मांसाहार, रात को भोज करना, खटाई, नमक, शक्कर, गरिष्ठ भोजन, तली चीजें, मिर्च-मसाले, अधिक मीठा, मैथुन ।

पथ्य – ब्रह्मचर्य, हल्का सात्विक भोजन, जौ, सभी दालें, चावल, मिश्री, मेथी, काली चर्म, हल्का व्यायाम।

विशेष – कब्ज बिल्कुल ना होने दें।

❖ एच. आइ. वी / एड्स

1. एच. आइ. वी और एड्स ये एक ही रोग नहीं हैं। एच.आई वी. का सही ढंग से उपचार ने होने पर वह एड्स में बदल सकता हैं। एड्स का उपचार कठिन हैं, असंभव नहीं।
2. ऋतु, प्रकृति और अवस्थ के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या
3. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
4. पंचगव्य घृत का सेवन करें।
5. पंचगव्य घृत की दो-दो बूंदे नाक में डाले।
6. 31 पत्ती श्यामा तुलसी के रस में उतना ही शहद मिलाकर प्रतिदिन सेवन करें।
7. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौंकी का एक गिलास रस निकाल 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्तें + 5 पौदीने के पत्ते घोंटकर मिलायें स्वाद के अनुसार अदरक सेंधा नमक मिलाकर पीयें।

अपथ्य – तली चीजें, बेसन, मैदा, भोजन में अनिमियतता, भोजन कर तुरन्त सोना, बाजार का खाना, बासी भोजन, फ्रिज की चीजें, खमीरवाला आहार, आलू, बैंगन, प्याज।

पथ्य – पौष्टिक आहार, घाणी का तेल, दूध, दही, घी सूखे मेवे, पके फल, रसायन मुक्त अनाज, सब्जियाँ गेहूँ के ज्वारे, हल्दी, अन्नास, अनार, पालक, मेथी, पपीता।

❖ पुरूष ग्रंथि का बढ़ना

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या

2. गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. त्रिफलादि घृत में एक चुटकी सेंधा नमक डालकर सेवन करें।
4. छाछ या तक्रारिष्ट या तक्रासव का सेवन करें।

अपथ्य – खटाई, तली चीजें।

पथ्य – आँवला, नारियल, दूध, दही, अंगूर, तुलसी।

❖ स्त्री रोग

अनियमित मासिक धर्म / मासिक धर्म कम होना

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या नारी संजीवनी और गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. काली मिर्च 20 ग्राम, गुड़ 10 ग्राम 300 मिली पानी में उबालें। एक चौथाई पानी रह जाने पर छानकर पीयें।
3. मासिक धर्म के समय गूँद को घी में तलकर फुला लें। अब घी में अजवायन को तले। उसमें गुड़ फुला हुआ गूँद डालकर पाक बनाकर खायें।
4. प्रतिदिन दूध में कालीमिर्च उबालकर घी डालकर पीयें।
5. मासिक धर्म के दिनों में पैर के तलवे पर सरसों का तेल रगड़ें।

अपथ्य – खटाई, कब्ज करने वाले आहार जैसे मैदा, बेसन, आलू, गैस करने वाले आहार जैसे फ्रिज की चीजें बासी भोजन, रात को देर से खाना, गोभी, खमीर वाली चीजें ।

पथ्य – मेथी, करेला, हींग, ताजा दही, बाजरा।

विशेष –

- यह वात रोग हैं अतः रूखे ठंडे आहार – विहार से बचें।
- कब्ज बिल्कुल ना होने दें।
- भोजन के बाद गर्म पानी अवश्य पीयें।
- शरीर को ढक कर रखें, तेज हवा न लगने दें।

❖ मासिक धर्म के समय अधिक रक्तस्राव

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या नारी संजीवनी और गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. प्रतिदिन दूध में मुक्का उबालकर घी डालकर पीयें।
3. मासिक धर्म के दिनों को छोड़कर छाछ या तक्रारिष्ट या तक्रासव का सेवन करें।
4. मासिक धर्म के दिनों में पैर के तलवों पर घी रगड़ें।

अपथ्य – सभी गर्म आहार जैसे – तली चीजें, गर्म मसाले, मिर्च, लहसुन, प्याज, चाय-कॉफी, बैंगन, गुड़, आलू, फ्रिज की चीजें।

पथ्य – मिश्री, जौ आदि पित्तशामक ठंडी चीजें।

विशेष – यह पित्त प्रधान रोग हैं। अतः मासिक धर्म के पाँच दिन पहले अधिक मात्रा में गौमूत्र का सेवन करें, जिससे दस्त लगकर पित्त कम हो जायें। सात दिन पहले से पथ्य – अपथ्य का विशेष ध्यान रखें।

❖ श्वेत प्रदर (Leucorrhoea) / योनि संक्रमण (Vaginal Infection)

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या नारी संजीवनी और गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. प्रतिदिन दूध में हल्दी या सौंठ उबालकर घी डालकर पीयें।
3. योनि को भीतर से प्रतिदिन गौमूत्र से धोन चाहिए। इसके लिए पिचकारी या मेडिकल स्टोर पर उपलब्धा 'वेजाइनल रबर स्प्रे' (जिसमें एक रबर की बोल लगी होती हैं और एक प्लास्टिक का नोजल लगा होता हैं) का उपयोग करें।

अपथ्य – तेज खटाई, उदर रोगों को बढ़ाने वाले आहार, अनियमितता ।

पथ्य – सुपाँचय आहार, दूध , दही, घी, छाछ

विशेष – भोजन के बाद गर्म पानी पीयें।

❖ गर्भाशय में गाँठ (Ovarian Cyst)

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या नारी संजीवनी और गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. कांचनार अर्क का सेवन करें। इसकी विधि कैंसर के उपचार में दी गई हैं।
3. दूध में सौंठ उबालकर घी डालकर सेवन करें।

अपथ्य – खटाई, मिर्च, गर्म मसाले, तली चीजें, क्रोध, ईर्ष्या, भय, शोक, मन में गाँठ बाँधना।

पथ्य – जौ, भुने हुए चने, मिश्री।

विशेष – सभी महिलाओं के गर्भाशय में गाँठे बनती और खत्म होती रहती हैं। गाँठ का आकार बढ़ता रहे या वह दर्द करें, तभी उपचार करने की आवश्यकता होती हैं।

❖ स्तनों में दूध की कमी

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत कर छानकर पीयें। या नारी संजीवनी और गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. दूधा में छुहारे (खजूर) उबालकर घी डालकर लें।
3. पूरे शरीर की तेल से मालिश करें।
4. अधिकाधिक मात्र में घी का सेवन करें।

अपथ्य – फ्रिज की ठंडी चीजें, बासी भोजन, आलू, प्याज, मैदा, बेसन, खमीर वाली चीजें, अचार, रिफाइण्ड तेल

पथ्य – अजवायन, मेथी, सौंठ, तिल, देशी गुड़, बाजरा, खाने का गूँद तिल का तेल।

❖ गर्भावस्था (Pregnancy)

1. स्त्री की प्रकृति व ऋतु के अनुसार गौमूत्र की जो मात्रा होती हैं, उससे आधी मात्रा में गौमूत्र या गौमूत्र अर्क और घनवटी का सेवन करना चाहिए।
2. प्रतिदिन चांदी के प्याले में दही जमाकर ताजे दही का सेवन करना चाहिए। इससे बच्चा मेधावी व स्वस्थ होता हैं – मंदबुद्धि अथवा विकलांग नहीं होता।
3. छाछ या गौतक्रासव या गौतक्रारिष्ट का सेवन करें।
4. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।
5. गर्भवती माता को दूध का खूब पीना चाहिए। दूध को लोहे की कढ़ाई में खूब औटाकर और काली मिर्च डालकर लेने से शरीर में रक्त की कमी नहीं होती।
6. खट्टा खाने की इच्छो हो तो आंवला, नींबू, कोकम, छाछ, टमाटर का सेवन करें। अचार, इमली, कैरी और राई की खटाई का सेवन ना करें।
7. शरीर में खून की कमी हो तो खून की कमी वाले उपचार करें।
8. शरीर में कैल्शियम की कमी हो तो पान की दुकान से एक रुपये के चूना लाकर उसे एक लीटर पानी डालकर खूब हिलायें। 6-7 घंटे बाद जब चूना तली में बैठ जाये, तब पानी को निथार लें। यह पानी दिन में दो बार दो-दो चम्मच लेते रहें।
9. आटा पीसने की हाथ की चक्की चलाने से गर्भाशय क्षेत्र की तथा स्तनों की मासपेशियाँ लचीली व बलशाली होती हैं। शरीर में सूजन नहीं आती व प्रसव सामान्य होता हैं। घट्टी न हो तो इसी प्रकार का व्यायाम करें।
10. साबुन का प्रयोग ना करें, अंगराग चूर्ण या अंगराग बट्टी से स्नान करें।

अपथ्य – सभी तामसीक चीजें – लहसुन, प्याज, चाय-कॉफी, भैंस का दूध, दही, घी, बासी भोजन सभी प्रकार के व्यसन। क्रोध, ईर्ष्या, भय, लालच। टी.वी. के कार्यक्राम व विज्ञापन बहुत ही तामसीक हैं। टी.वी से निकलने वाली प्रकाश की किरणे ही नहीं तरंगे भी बहुत नुकसान करती हैं। टी.वी. पर केवल कुछ संस्कारप्रद कार्यक्रम ही थोड़ी देर देखें।

सभी पित्त दोष बढ़ाने वाली चीजें – आलू, बैंगन, दही, गर्म मसालें, मिर्च, तली चीजें, तेज खटाई, पपीता। इनसे गर्भपात होने का खतरा रहता हैं।

सभी वात दोष बढ़ाने वाली चीजें – पंखे की तेज हवा, फ्रिज का पानी, मैदा, बेसन, रात को जागना। इनसे सूजन आती हैं और प्रसव वेदना अधिक होती हैं।

सभी कफ दोष बढ़ाने वाली चीजें – अधिक मीठा, अधिक घी, तेल, आलस्य दिन में अधिक सोना। इनसे बच्चे का मोटापा बढ़ता हैं और प्रसव में समस्या होती हैं।

पथ्य – प्रसन्न रहना, हल्के व्यायाम करना या श्रम करना, सुबह की किरणों का सेवन करना, अच्छी पुस्तके पढ़ना, कला के सौन्दर्य का पान करना।

विशेष – एक मूर्तिकार पत्थर की मूर्ति को गढ़ते समय एक-एक छेनी संभालकर चलाता हैं। माँ का तो चैतन्य मूर्ति को गढ़ना हैं, ईश्वर की तरह सृष्टि करनी हैं, माँ जितनी ही कुशल होगी पुत्र भी उतना ही श्रेष्ठ होगा।

❖पंचामृत

पंचामृत का अर्थ है 'पांच अमृत'। दूध, दही, घी, शहद, शकर को मिलाकर पंचामृत बनाया जाता है। पांचों प्रकार के मिश्रण से बनने वाला पंचामृत कई रोगों में लाभदायक और मन को शांति प्रदान करने वाला होता है। इसका एक आध्यात्मिक पहलू भी है। वह यह कि पंचामृत आत्मोन्नति के 5 प्रतीक हैं। जैसे-

- दूध- दूध पंचामृत का प्रथम भाग है। यह शुभ्रता का प्रतीक है अर्थात हमारा जीवन दूध की तरह निष्कलंक होना चाहिए।
- दही- दही का गुण है कि यह दूसरों को अपने जैसा बनाता है। दही चढ़ाने का अर्थ यही है कि पहले हम निष्कलंक हो सद्गुण अपनाएं और दूसरों को भी अपने जैसा बनाएं।

- घी- घी स्निग्धता और स्नेह का प्रतीक है। सभी से हमारे स्नेहयुक्त संबंध हो, यही भावना है।
- शहद- शहद मीठा होने के साथ ही शक्तिशाली भी होता है। निर्बल व्यक्ति जीवन में कुछ नहीं कर सकता, तन और मन से शक्तिशाली व्यक्ति ही सफलता पा सकता है।
- शकर- शकर का गुण है मिठास, शकर चढ़ाने का अर्थ है जीवन में मिठास घोलें। मीठा बोलना सभी को अच्छा लगता है और इससे मधुर व्यवहार बनता है।
- उपरोक्त गुणों से हमारे जीवन में सफलता हमारे कदम चूमती है।

पंचामृत के लाभ :

- पंचामृत का सेवन करने से शरीर पुष्ट और रोगमुक्त रहता है। पंचामृत से जिस तरह हम भगवान को स्नान कराते हैं ऐसा ही खुद स्नान करने से शरीर की कांति बढ़ती है। पंचामृत उसी मात्रा में सेवन करना चाहिए जिस मात्रा में किया जाता है। उससे ज्यादा नहीं।
- इसमें तुलसी का एक पत्ता डालकर इसका नियमित सेवन करते रहने से आजीवन किसी भी प्रकार का रोग और शोक नहीं होता। कैंसर, हार्ट अटैक, डायबिटिज, कब्ज और ब्लड प्रेशर जैसी रोगों से बचा जा सकता है। पंचामृत के और भी कई लाभ होते हैं।

पंचगव्य का नुस्खा

5 किलो गाय का ताजा गोबर, 3 लीटर गाय का मूत्र, 2 लीटर गाय का दूध, आधा किलोग्राम गाय का घी, 2 लीटर गाय के दूध से बनाया गया दही, 3 लीटर गन्ने का रस, 3 लीटर ताड़ या अंगूर का रस। जब इन सबको आप मिलाएंगे, तो 20 लीटर पंचगव्य बनेगा।

इसको बनाने के लिए मिट्टी का बना हुआ बड़े मुँह के आकार का मटका, कंक्रीट का बना टैंक या प्लास्टिक का कैन लें। यह याद रहे कि आपने जो बर्तन लिए हैं, वह किसी धातु के न हों। अब सबसे पहले ताजे गोबर और घी को उस बर्तन में डालें और लगभग तीन दिनों तक दिन में दो बार उन्हें मिलाते रहें। 18 दिन बाद इस मिश्रण को किसी अंधेरी जगह में रखें और किसी जाली स ढक दें, ताकि उसमें मक्खियां न जाएं। यदि आपके पास गन्ने का रस नहीं हैं, तब 500 ग्राम गुड़ को 3 लीटर पानी में मिला लें। यदि ताड़ का रस नहीं हैं, तब 2 लीटर पानी में मिला लें। यदि ताड़ का रस नहीं हैं, तब 2 लीटर ताजे नारियल का

पानी 10 दिनों के लिए एक बंद प्लास्टिक के बर्तन में रखे। खराब होने के बाद यह ताड़ के रस का रूप ले लेगा। इस पंचगव्य मिश्रण को छह महीनों तक रखा जा सकता हैं और जब यह पतला होने लगे, तब इसमें पानी मिलाकर तरल पदार्थ का रूप दे सकते हैं। इस पंचगव्य मिश्रण में पौधों के विकास के लिए जरुरी पोषक तत्व शामिल होते हैं और इन तत्वों को वैज्ञानिक प्रयोगशालाओं और देशभर के किसानों द्वारा प्रामाणित किया जा चुका हैं। अब तीन लीटर पंचगव्य मिश्रण को 100 लीटर पानी में मिलाएं और इसे छानकर सभी फसलों पर छिड़के। इसका उपयोग ड्रिप या प्रवाह सिंचाई के रूप में भी किया जा सकता हैं। जब आप बीजोरोपण कर रहे हैं, तो उससे 20 से 30 मिनट पहले बीजों को इस मिश्रण में भिगों सकते हैं। अब बीजारोपण के 20 दिन बाद इस मिश्रण को छिड़कें और फूल निकलने से पहले के चरण में 15-15 दिनों के अंतर में भी छिड़क सकते हैं। जब फूलों के निकलने का समय हो जाए, तब 10-10 दिनों के अंतर में और जब फली का परिपक्व अवस्था आ जाए, तब एक बार इसे छिड़के। इसका उपोयग कुछ फूलों, फलों और सब्जियों पर भी किया जा सकता हैं। जैसे कि आम, नींबू, अमरूद, केला आदि। हल्दी और सब्जियों में इसके उपयोग से उपज में चमत्कारिक वृद्धि देखने को मिली हैं। साथ ही सब्जियाँ और फल लंबे समय तक ताजा बने रहते हैं।

स्वाद बेमिसाल

इस विधि से स्वाद भी अच्छा बनता हैं। धान में उपयोग करें तो बालियां अच्छी बनती हैं और कुटाई के दौरान चावल कम टूटते हैं। पंचगव्य का प्रयोग गन्ना, सरसों मूंगफली, ज्वार, बाजरा, रागी, मक्का, गेहूँ, सूरजमुखी और नारियल आदि की फसलों में भी किया गया हैं। इन सभी में पंचगव्य ने फसलों की वृद्धि और कीट अवरोधक का काम किया हैं। आप इसे अपने बाग-बगीचों और घर के बाहर लगे पेड़ों में भी उपयोग कर सकते हैं।

★★★

अन्य पुस्तक डाउनलोड़ या खरीदने के लिए

क्लिक करें –**www.rajivdxt.com**